

ImageWitten



www.blauer-engel.de/uz195

- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- überwiegend aus Altpapier

RG4

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel gekennzeichnet.

MIT REGIONALTEILEN HERBEDE, HEVEN, BOMMERN UND UMGEBUNG

+++ 4 MONATSMAGAZINE: GESAMTAUFLAGE CA. 90.000 EXEMPLARE +++ HAUSHALTSVERTEILUNG +++ ☎ 02302 9838980 +++ WWW.IMAGE-WITTEN.DE +++

Witten hilft Witternern



FLUSS PARTY
 Charity Day
 zu Gunsten der Wasserfreunde Witten

RUHRPOTT
 Event-Consulting

 Grafik: KEENT RECORDS Heinz Gruss

Live-Musik - Speisen & Getränke am Samstag, 27. Juli, ab 12 Uhr in Bommern, Uferstr. 5, lesen Sie den Bericht auf Seite 9



Wir feiern Geburtstag!



Tagespflege Chelonia
 Stephanie Ludwig
 Mo. – Fr. 7 – 16 Uhr

- Strukturierter Tagesablauf
- Fahrdienst
- Pflege und Betreuung
- Bewegungsangebote
- Entspannungs- u. Beautyangebote
- und vieles mehr!!!

Fachlich kompetente Betreuung in familiärer Atmosphäre - seit 2004!

Allianz Schwartz Platz an der Schmiede 3

Liebe Leser,

Sommer, Sonne, Heiterkeit. Heiter ging es und geht es bei den vielen schönen Veranstaltungen in den letzten und nächsten Wochen auf jeden Fall einher. Viel Spaß hatten wieder viele verkleidete Gruppen beim beliebten jährlichen Drachenbootrennen. Auch der Kidsday in Herbede feierte einen erfolgreichen Start und lockte viele Eltern mit ihren Kindern auf den Herbeder Sportplatz. Gefei-ert wird auch bei der Flussparty am 27.7., hier wird zugunsten der Wasserfreunde in Bommern gesammelt.

Mit dem Sommer stehen natürlich auch die Sommerferien vor der Tür. Viele tolle Projekte wie das Sommer-Camp am Kemnader Stausee oder die Ferienspiele finden in dieser Zeit statt. Gute Gründe das Haus zu verlassen und nicht nur vor der Konsole oder dem Smartphone zu sitzen. Welche Gefahren hinter ständiger Nutzung von Smartphone und Co. lauern, lesen Sie auf Seite 22 in unseren Berichten: „Wenn das Smartphone Beziehungen gefährdet“ und „Wenn Eltern mehr mit dem Handy beschäftigt sind...“. Denn ständig nur auf den Vorderkopf des Gegenüber zu schauen, macht auf Dauer nicht glücklich.

Nutzen Sie stattdessen doch das hoffentlich gute Wetter und gehen Sie auf Entdeckungstouren. Wussten Sie zum Beispiel, dass die Hellwegschule ein Wittener Baudenkmal ist? Es mutet im ersten Moment vielleicht etwas überraschend an, dass eine Schule aus den 1960er Jahren „im laufenden Betrieb“ bereits unter dem Schutz der Denkmalbehörde steht. Mehr zu Thema lesen Sie auf Seite 8.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie einen schönen Sommer!

Ihre Image-Redaktion

Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 15.8.24
Anzeigenschluss: Mittwoch, 31.7.2024

Physiotherapie
Melanie Tewes
Physio- & Vojtatherapeutin

- Vojta-Therapie für Kinder und Erwachsene
- Bobath-Therapie für Kinder und Erwachsene
- PNF • Manuelle Lymphdrainage
- Manuelle Therapie
- Fango • Heißluft • Eisbehandlung
- Massage und Hausbesuche

Melanie Tewes · Meesmannstraße 91
58456 Witten · ☎ 0 23 02-7 22 59
info@physio-tewes.de · www.physio-tewes.de

Start für Glasfaserausbau

Wittener Gewerbegebiete: Ein wichtiger Beitrag zur Sicherung des Wirtschaftsstandortes

In einer Welt, in der digitale Vernetzung und schneller Datenverkehr entscheidend für den Geschäftserfolg sind, wird der Glasfaserausbau zu einem kritischen Faktor für Unternehmen, insbesondere in Gewerbegebieten. Der Ausbau in diesen Gebieten ist entscheidend für die Stärkung der Wettbewerbs- und Innovationsfähigkeit mittelständischer Unternehmen.

Fördermittel für den Anschluss unterversorger Gewerbegebiete
Mit bewilligten Fördermitteln vom Bund und dem Land Nordrhein-Westfalen sollen im Rahmen des „Sonderauftrags Gewerbegebiete“ unterversorgte Gewerbegebiete im EN-Kreis und in Witten mit Glasfaser versorgt werden. Im Auftrag der Kommunen hat der EN-Kreis die komplette Antragstellung und Abwicklung der Anträge übernommen. Gefördert werden alle Adressen in Gewerbe- und Industriegebieten nach Flächennutzungsplan, die noch nicht mit Glasfaser bis ins Gebäude versorgt sind oder zumindest direkt von der Straße versorgt werden können („homes passed“-Versorgung).

Bürgermeister unterzeichnete die Verträge

In Witten werden rund 450 Adressen direkt an das Glasfasernetz angeschlossen. Damit wird ein wichtiger Beitrag zur Sicherung der Zukunftsfähigkeit Wittens als Wirtschaftsstandort geleistet. Den Zuschlag für den Ausbau hat das Unternehmen Greenfiber Netz & Management GmbH erhalten. Bürgermeister Lars König unterzeichnete jetzt die entsprechenden Verträge. Der Start des Projektes erfolgt in Kürze. *ig*

Bundestagskandidatin 2024 Dr. Katja Strauss-Köster vorgeschlagen

Der CDU-Kreisvorstand Ennepe-Ruhr hat für den Bundestagswahlkreis 138 - Ennepe-Ruhr-Kreis II (Hattingen, Herdecke, Sprockhövel, Wetter, Witten) die gebürtige Herdeckerin vorgeschlagen. Katja Strauss-Köster: „Nach dann 16 Jahren als Bürgermeisterin der Stadt Herdecke möchte ich mich einer neuen Herausforderung stellen und meine Kenntnisse und Erfahrungen in die Bundespolitik einbringen.“ In den kommenden Monaten und Wochen wird sich Strauss-Köster in den Stadt- und Ortsverbänden der CDU als Bewerberin vorstellen, bevor am 11.12.2024 die formelle Aufstellungsversammlung stattfindet. CDU-Kreisvorsitzender Ulrich Oberste-Padtberg: „Wir sind sehr glücklich mit Dr. Katja Strauss-Köster die ideale Kandidatin gefunden zu haben. Sie ist kompetent, politisch erfahren, genießt hohes Ansehen und hohe Beliebtheit über Parteigrenzen hinweg und kann Wahlen gewinnen.“



Dr. Katja Strauss-Köster (2. v. l.) mit CDU-Schatzmeister Torsten Schulte (1. v. l.), Doris Voeste, Vorsitzende der CDU Herdecke, und Kreisvorsitzenden Ulrich Oberste-Padtberg nach dem Vorschlag des CDU-Kreisvorstandes.

Trinkwasserpreise gestiegen

Erstmals seit 2016 passt der lokale Versorger die Trinkwasserpreise an. Die Gründe dafür sind vielfältig: zum einen investierten die Stadtwerke in den vergangenen Jahren in eine noch bessere Wasseraufbereitung, und zum anderen sind die Baukosten für die Trinkwasserinfrastruktur gestiegen. „Wir haben während der vergangenen acht Jahre die Kosten stabil halten können. In dieser Zeit haben wir u. a. die Wasseraufbereitung mit neuester Technologie ausgestattet und können nun ohne chemische Zusatzstoffe das Wasser reinigen. Zusätzlich spielen Wetterereignisse wie Starkregen und Hitzeperioden eine Rolle. Um die Versorgungssicherheit weiterhin gewährleisten zu können, machen wir die Wasseraufbereitung direkt an der Ruhr klimafest. Die Kosten im Baugewerbe sind seit 2016 erheblich gestiegen und damit auch die Ausgaben für unser 634 Kilometer langes Trinkwassernetz. Jede Baustelle, jedes neue Rohr, jede Instandsetzung kostet uns wesentlich mehr als noch vor acht Jahren. Diese Punkte führen in Summe dazu, dass wir nun die Wasserpreise anpassen“, erklärt Andreas Schumski, Geschäftsführer der Stadtwerke Witten.

Faire Verteilung

Das vor zwei Jahren eingeführte Wittener Wasserpreismodell sorgt für eine faire Verteilung der Wasserkosten. Die Grundgebühr ist gestaffelt nach dem Verbrauch. Wer das Wassernetz stark beansprucht, also viel Wasser benötigt, zahlt auch eine höhere Grundgebühr. Der Arbeitspreis, also der tatsächliche Wasserverbrauch, beträgt unabhängig von der Nutzung seit dem 1. Juli 2024 nun 1,84 Euro netto (vormals 1,70 Euro / netto). Eine durchschnittliche Familie in einem Einfamilienhaus wird monatlich etwa 6,70 Euro (netto) mehr für Wasser zahlen müssen (Grundpreis inklusive eines durchschnittlichen Verbrauchs). Ein 2-Personen-Haushalt in einem Mehrfamilienhaus mit sechs Wohneinheiten wird monatlich mit rund 3,20 Euro (netto) mehr rechnen müssen. Ein Beispiel aus der Grundgebühr-Staffelung: Für Personen in Einfamilienhäusern, die einen Verbrauch von weniger als 150 m³/Jahr haben, erhöht sich der Grundpreis pro Monat um 4,95 Euro netto. Die vollständige Grundpreisstaffelung mit den neun Preisgruppen und Verbräuchen bis über 5.001 m³ Wasser pro Jahr ist auf www.stadtwerke-witten.de einsehbar. Im Vergleich zu den anderen Wasserversorgungsunternehmen ist Witten aufgrund seiner Siedlungsstruktur mit einem längeren Versorgungsnetz ausgestattet, um alle sicher mit Trinkwasser zu versorgen. Trotz der höheren Kosten nach der Anpassung liegen die Trinkwasserkosten in Witten im Vergleich zu vergleichbaren Gebieten auf einem ähnlichen Niveau.

- Anzeige -

Einstieg in die digitale Welt Median hilft mit Internet, Streaming und Smartphone

„Wir haben unser Geschäftsfeld erweitert und möchten allen den Einstieg in die digitale Welt ermöglichen“, formuliert André Philipps, technischer Leiter der Median Telecom GmbH, sein Ziel. Seit 1996 ist die Firma im Bereich Telekommunikation tätig. Dadurch verfügt sie natürlich über einen großen Erfahrungsschatz. „Wir wissen, wo oft die Probleme der älteren Generationen in Sachen Technik liegen und können dann individuell helfen“, führt Philipps weiter aus. Von Problemen mit den Benutzeroberflächen, den Bedienoptionen oder der Installation von Apps – das motivierte Team steht mit seinem umfassenden Fachwissen gerne beiseite, sodass sich jeder in der digitalen Welt zurechtfinden kann. Die Median Telecom GmbH ist nicht provider-gebunden und kann somit maßgeschneiderte Angebote individuell anbieten. So findet das Team genau die richtigen Angebote für die Bedürfnisse jedes einzelnen. Das vielseitige Repertoire der Firma bietet Hilfe mit dem Internet, beim Streaming TV sowie mit PCs, Tablets und Smartphones. *JN*

Unsere Angebote im Juli

20% RABATT AUF WELEDA-PRODUKTE	31% ERSPARNIS Kadefungin 3 Kombipackung 20 g Creme + 3 Vaginaltabletten 12,97 €* (Grundpreis 8,95 €/Stk.) 8,95 €	34% ERSPARNIS Perenterol forte 250 mg 20 Hartkapseln (Grundpr. 0,70 €/Stk.) 20,99 €* 13,95 €
30% ERSPARNIS Diclo- Diclo ratiopharm 50 g, (Grundpr. 119,- €/kg) 8,48 €* 5,95 €	27% ERSPARNIS Lyranda 15 Kautabletten (Grundpreis 0,53 €/Stk.) 10,95 €* 7,95 €	30% ERSPARNIS Pollival 0,5 mg/ml Augentropfen 10 ml 14,95 €* 9,95 €
34% ERSPARNIS Nurofen 400 mg** 20 Weichkapseln (Grundpreis 0,35 €/Stück) 10,48 €* 6,95 €	30% ERSPARNIS Soventol Hydrocortisonacetat 0,5% Creme 15 g (Grundpreis 463,33 €/kg.) 9,97 €* 6,95 €	30% ERSPARNIS Pollival 0,5 mg/ml Nasenspray 10 ml 9,97 €* 6,95 €
34% ERSPARNIS Salviathymol N Madaus 20 ml (Grundpreis 297,50 €/l) 8,98 €* 5,95 €	Königs Apotheke	

Christian Schmidt e.K. · Meesmannstraße 40 · 58456 Witten-Herbede
Telefon 0 23 02 / 7 36 63 · Fax 0 23 02 / 27 73 54 · E-Mail: info@koenigsapo.de
Mo.–Fr. 8.00–19.00 Uhr, Sa. 8.30–13.30 Uhr

Pflanzenmarkt im Freibad Anmelden bis zum 20. September

Es grünt so grün am 28. September im Freibad: Die Naturschutzgruppe Witten - Biologische Station e. V. veranstaltet einen Pflanzenmarkt auf der oberen Wiese im Freibad Annen. Von 11 bis 14 Uhr können private Anbieter Pflanzen, Ableger, Samen und Gartenzubehör anbieten - zum Verkauf oder zum Verschenken. Wer mit einem Stand vor Ort teilnehmen will, kann sich noch bis zum 20. September für den Pflanzenmarkt anmelden. Den Anmeldebogen und alle weiteren Infos gibt es unter www.nawit.de/Termine/Pflanzenmarkt-Freibad.

Sie suchen Hilfe mit

- Internet
- Streaming TV
- Technik
PCs, Laptops, Tablets und Smartphones

Wir helfen Ihnen gern!

median fairnetzt

Tel. 0800 80 80 121
www.median-fairnetzt.de

Da Franco

Restaurant-Pizzeria klein aber sehr gemütlich
 ob **Pizzen, Pasta** oder **Salate ...**

35 Jahre

... wir bereiten alles frisch aus bester Qualität zu, original nach den Rezepten der geschmackvollen calabresischen Küche.

Wir machen Betriebsferien vom 9. bis 25. Juli. Ab dem 26. Juli haben wir wieder für Sie geöffnet!

Öffnungszeiten:
 12.00–15.00 Uhr
 17.00–22.00 Uhr
 Dienstag Ruhetag

Meesmannstraße 56 • 58456 Witten-Herbede
Telefon: 02302 79672

Respektloses Verhalten

Der Verein Burgfreunde Hardenstein e.V. beklagt das Fehlverhalten nicht weniger Besucher der Burgruine Hardenstein. Der Verein schützt, pflegt und erforscht seit nunmehr 50 Jahren die Burgruine. Alle Arbeiten erfolgen (was viele Leute nicht wissen) ehrenamtlich. Dass die Burgruine Hardenstein ein Baudenkmal ist, ist wohl einigen Besuchern egal! Unsere ehrenamtliche Tätigkeit wird dadurch ohne Not oftmals massiv in Frage gestellt. Besondere Fehlverhalten: Raucher: Kippen ohne Ende, vor Bänken, im Gelände und auf Mauern. Es gilt eigentlich ein Rauchverbot im Wald und auch auf dem Burgruinengelände. Hundehalter: Hunde kacken im Burggelände und wühlen tiefe Löcher in den Grünflächen der Vorburg. Es gilt eigentlich eine Anleinplicht für Hunde. Reiter: Reiter bereiten das gesamte Burggelände. Die Hinterlassenschaften (Pferdeäpfel) finden sich selbst in der Hauptburg. Es gilt ein Reitverbot im gesamten Burggelände. Wir bitten daher eindringlich alle Besucher der Burgruine Hardenstein sich respektvoll zu verhalten. Denn die Burgruine Hardenstein ist kein Abenteuerspielplatz!

Hans Dieter Radke 1.Vors.



Drachenbootrennen mit kleinen Hürden

Beim offiziellen Anreisetag einen Tag vor dem Event hatte der Wettergott noch böse Laune und verwandelte einige Teile, besonders die Rasenfläche, die als Parkplatz dient, in ein Wackeln ähnliches Schlammbad, sodass die Organisation entschied, nach den ersten Wagen den Zugang zu schließen, weil die Gefahr bestand, dass dort die meisten Autos im Schlamm stecken bleiben könnten. Es wurde der Zuweg zwar nachgeschottert, was aber die Gesamtlage nicht wesentlich verbesserte. Viele Teammitglieder und Gäste mit Auto parkten also kreuz und quer im Umfeld. An den beiden Event-Tagen selber war der Wettergott wieder gnädig und bescherte der Veranstaltung gutes Wetter, diesmal sogar ohne Hitzehölle wie die Jahre zuvor. So also konnten die Spiele beginnen mit 88 Teams in vier Kategorien: Sport, Sport-Fun, Fun und Damen. Es reüssierten im Sport-/Sport-Fun-Bereich die „Stiempel Vikings“, die letztes Mal Zweiter geworden sind und sich über diese Verbesserung wahn sinnig freuen, bei den Damen „Trinkerbells and Friends“ und bei den Fun-Teams „HSV die X. Mission“.

Die „Wittener Wattwürmer“ glänzten in prächtigen selbstgebastelten Kostümen zum Thema „Dia de los muertos“ (Tag der Toten), einem Fest, das in Mexiko groß gefeiert wird rund um unser Allerheiligenfest am 1. November. Makaberer wurde –wie in Mexiko– farbenfroh und –so seltsam es klingt– lebensbejahend präsentiert. Dafür gab es zu Recht den Kostümpreis. Ihr Zeltlager war auch recht preiswürdig geschmückt, aber den Lagerpreis erhielt die Gruppe um „Los Avernos“ (die aus drei einzelnen Teams besteht und deshalb auch einen dreifachen Lagerplatz hatte) für ihr buntes „Flower-Power-Hippie-Lager“ (siehe Foto unten). Den Performance-Preis teilten sich „Flucht aus der Karibik“ und „Tutti Frutti“ für musikalische Einlagen. Wieder einmal ein rundum gelungenes, friedliches Sportfest mit bester Stimmung. Nächstes Mal, das am 28. und 29. Juni 2025 stattfinden wird, wird 25-jähriges Jubiläum dieses überregional bekannten Events gefeiert. Wollen wir hoffen, dass das Wetter dann auch im Vorfeld wieder freundlich mitspielt.



Foto: E. Scheffczik

Witten ist l(i)ebenswert

Nicht der Islam, sondern der Islamismus...



Am 2.6.24 wurde Rouven L. in Mannheim von einem 25-jährigen Afghanen kaltblütig umgebracht. Rouven L. war Polizist und er starb, weil er unsere Demonstrations- und Meinungsfreiheit, weil er unsere Verfassung schützen und verteidigen sowie einem schwer verletzten Menschen helfen wollte. Ich denke vielen Mitbürgerinnen und Mitbürgern erging es nach der Tat wie mir: Ich war fassungslos und fragte nach dem Warum? Nach bisherigem Wissen, handelte der Täter mutmaßlich aus islamistischen und demnach aus religiösen Motiven. Diese zutiefst verabscheuungswürdige Tat macht auf ganz schreckliche Art deutlich, in welcher hasserfüllten Parallelgesellschaft wir seit einigen Jahren leben und wo es fast schon an der Tagesordnung ist, dass neben Polizisten auch Feuerwehrleute, Sanitäter, Gerichtsvollzieher, Lehrer und viele andere Vertreter unseres Staates angefeindet, angepöbelt, geschlagen, und wie dieser „brutale Terrorakt“ zeigt, sogar getötet werden. Wir feiern in diesen Tagen die 75-jährige Erfolgsgeschichte unseres Grundgesetzes und gleichzeitig sehen wir, wie

Islamisten unsere Freiheit, Demokratie und Werte ablehnen und auf Demonstrationen für das Kalifat und die Scharia eintreten. Nach Auskunft unseres Innenministers Herbert Reul hat sich in 2023 die Anzahl islamistisch motivierter Straftaten im Vergleich zum Vorjahr mehr als verfünffacht. Um es mit William Shakespeares Worten in „Hamlet“ zu sagen: „Etwas ist faul im Staate Dänemark.“ Die Radikalisierung und die Gewaltbereitschaft unserer Gesellschaft steigt stetig und alle schauen nur zu. Spätestens jetzt – nach dem Mord an Rouven L. – ist für mich die Zeit des Handelns. Kein Beschwichtigen, kein Zerreden, kein Verharmlosen, kein Ankündigen, sondern konsequentes Handeln ist die Maxime gegen jeglichen Extremismus. Ich erhoffe mir klare und eindeutige Antworten unserer Regierung. Für ein gedeihliches Miteinander braucht es aber nicht nur und ausschließlich ein Handeln der Politik. Hier sind wir alle in der Pflicht, und damit meine ich auch die Vertreter unserer islamischen Gemeinden und lokalen Moscheevereine. Für den Zusammenhalt und gesellschaftlichen Frieden ist von großer Bedeutung, dass auch von dieser Seite eine unmissverständliche Distanz zu jeglicher Form der Radikalisierung nachhaltig geübt und das Grundgesetz vollumfänglich akzeptiert wird. Denn es ist nicht der Islam, sondern der Islamismus, der unserer Gesellschaft schadet.

Ihre Sarah Kramer, CDU-Ratsmitglied

Erleichterung über Rettung der Werkstatt

Stadt hat sich für Erhalt der Kinder- und Jugendkulturarbeit eingesetzt

Seit nunmehr fast fünfzig Jahren ist die Werkstatt feste Anlaufstelle nicht nur für Erwachsene, sondern insbesondere auch für Wittener Kinder und Jugendliche. Doch mit der Anmeldung der Insolvenz im Juni letzten Jahres drohte zum einen die Einstellung der Angebote der Jugendkulturarbeit, wie die Kunst- oder Theaterangebote der Werkstatt, zum anderen aber auch die Schließung des Jugendzentrums Treff. Am 10. Juni hat der Rat der Stadt Witten nun ohne Gegenstimme der Übernahme der Werkstatt zum 1. Juli durch die „Projektwerk L Plan B gUG“ zugestimmt, wodurch die Werkstatt nun nach einem einjährigen Prozess aus der Insolvenz gerettet ist und die dort für Witten so wichtige Kinder- und Jugendkulturarbeit fortgeführt werden kann.

Angebote standen auf der Kippe
 „Weil die Schließung der Werkstatt bedeutet hätte, dass ein seit vielen Jahren sehr bewährtes, beliebtes und von den Kindern und Jugendlichen gern in Anspruch genommenes Angebot nicht mehr vorhanden gewesen wäre, hat sich die Stadt frühzeitig in den Prozess ein-

geschaltet“, berichtet Corinna Lenhardt, Leiterin des Amtes für Jugendhilfe und Schule. Auch beliebte Formate, die in Kooperation mit dem städtischen Amt für Jugendhilfe und Schule durchgeführt wurden, wie zum Beispiel das „Feel:leicht Festival“ im Steinbruch Imberg oder die Young Beats-Party für Jugendliche zwischen 12 und 15 Jahren, hätte es mit einer Schließung nicht mehr gegeben. „Ziel aller Überlegungen war daher immer die auskömmliche Finanzierung des Jugendzentrums und der Erhalt der Jugendkulturarbeit – und das ist gelungen“, so Lenhardt.

Stadt hat sich eingeschaltet
 Gleich nach Bekanntwerden der finanziellen Schiefelage wurden zusammen mit dem Bürgermeister, dem Verwaltungsvorstand, dem Insolvenzverwalter, Vertreterinnen und Vertreter des Werkstatts e.V., des Amtes für Jugendhilfe und Schule und der Abteilung Jugendförderung bereits erste Gespräche darüber geführt, wie die Angebote im Rahmen der Jugendkulturarbeit und des Jugendzentrums Treff weitergeführt werden können. hl

Restaurant *Jever Krog*
 mit der friesischen Note

Leichte Sommer-Snacks



Sommerferien-Gutschein

Zwei Essen bestellen (bis 19,90 €) – nur ein Essen bezahlen!

Gültig vom 15. Juli bis 10. August
 mittwochs bis samstags von 12 bis 14 Uhr
 Gutschein bitte ausschneiden und vorlegen

Mittags-Empfehlungen

mit Suppe oder Dessert **14,90 €**

Dinner-Lesung

9. Juli 18.30 Uhr
 Rabenschwarze Seelen mit Petra Gockeln u. einem blutroten, schwarzen 3-Gänge-Menü, Vorverkauf 29,90 Euro

Öffnungszeiten:
 Mi. bis So. 12.00 bis 14.00 und ab 17.30 Uhr
 Mo. u. Di. Ruhetag
 Meesmannstraße 103 · Witten-Herbede · ☎ 02302/73605
 www.jeverkrog.com · E-Mail: info@jeverkrog.com

volksbank-sprockhoevel.de

Weil gemeinsame Zeit unbezahlbar ist.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Volksbank Sprockhövel eG

Grubenbahn braucht 75.000 Euro Spenden

Seit 1989 sammelt die Arbeitsgemeinschaft Muttenthalbahn e.V. unterhalb von Schloss Steinhausen in Witten-Bommern alle Exponate rund um Gruben- und Feldbahnen. Rund 300 Förderwagen, Loren sowie unzählige Kleinexponate umfasst die Sammlung. Allein – es fehlt eine Ausstellungshalle, um Besuchern die Ausstellungsstücke auch witterungsunabhängig zeigen zu können. Zur Finanzierung des Eigenanteils einer Halle hat Hannsjörg Frank, umtriebiger Vorsitzender des

Vereins, schon konkrete Pläne auf dem Tisch und erste Schritte eingeleitet. Die Freiwilligen der Muttenthalbahn werben nun auf einem Banner um Spenden für eine Museumshalle.

Die Idee

Statt einer Blechhalle soll eine 49 x 15 m große verlinkerte Museumshalle mit vier Einfahrtstoren auf dem Gelände der ehemaligen Eisengießerei Ritz - direkt benachbart zur LWL Zeche Nachtigall - entstehen. „Die gleiche Halle gibt es schon bei den Eisenbahnfreunden in Nordhorn“, so Hannsjörg Frank. Die Halle der Muttenthalbahn soll auch ein durchgezogenes Oberlicht bekommen, um durch die Lichtmenge ohne Grundbeleuchtung auskommen zu können. Da die benötigten Gleise schon aus eigenen Mitteln beschafft wurden, konnten bereits 250.000 € eingespart werden. Die Kosten der neuen Museumshalle betragen geplant 750.000 €, wovon der Verein ein Zehntel oder 75.000 € selbst aufwenden muss. Das geplante Bauwerk ist bereits zwischen den Programmen der Landesförderung, Stadt Witten und der Muttenthalbahn abgestimmt. Über Banner mit QR-Code, die am Außenzaun des Vereinsgeländes der im Jahre 1892 stillgelegten Zeche Theresia angebracht sind, soll der Eigenanteil eingesammelt werden. „Wir wollen das bauen und wir brauchen unbedingt die Unterstützung aus nah und fern. Wenn das alles umgesetzt sein wird, gibt es in Witten, im Ruhrgebiet, in NRW ein neues museales Highlight mit Leuchtturmcharakter“, verspricht Hannsjörg Frank. dx



Die Arbeitsgemeinschaft Muttenthalbahn e.V. mit Standort unterhalb von Schloss Steinhausen kann viele ihrer gesammelten Stücke aus der Gruben- und Feldbahnhistorie mangels Ausstellungshalle nicht öffentlich zugänglich machen. Für eine Halle sammelt der Muttenthalbahn e.V. jetzt mit ihrem Vorsitzenden Hannsjörg Frank jetzt mittels QR-Code Spenden. Foto: dx

wood-power by Katja Gesundheitsprävention & Seelenbalsam



- Reiki (Energiearbeit)
- Reiki & Seelenbalsam
- Meditation im Wald und anderswo
- Waldbaden & Achtsamkeit in der Natur
- Resilienz & Stressmanagement workshop's
- spirituelle workshop's
- nordic-walking & walking

Lass' den Stress des Alltags hinter Dir. Bei mir kannst Du abschalten und Dich im geschützten Umfeld fallen lassen. Mit Kreativität zu Entspannung und neuer Energie.



Katja Lente
01525 / 623 1974
wood-power-by-katja@gmx.de
www.wood-power-by-katja-gesundheitspraevention-seelenbalsam.de

Sag mir die drei schönsten Worte:



Jetzt wird gegrillt!

**EDEKA Markt
Familie Grütter und Team**

Wittener Str. 12 | 58456 Witten-Herbede
Wir sind für Sie da Mo. - Sa. 7:00 - 21:00 Uhr
023 02 / 97 2026 | www.edeka-gruetter.de



Sommer-Camp

Auch in diesem Jahr bietet Da Capos wieder das beliebte Ferien-Camp am Kemnader Stausee an. Vier Wochen lang wird direkt hinter dem Freizeitbad Heveney ein Camp aufgebaut. Jede Woche können die Kinder und Jugendlichen zwischen 6 und 18 Jahren zwischen 4 verschiedenen Themen Camps wählen. Dieses Camp ist auch inklusiv. Kinder mit diversen Handicaps sind herzlich willkommen. Kinder aus Familien, die über das Jobcenter / Sozialamt unterstützt werden, können eine Woche über das Bildungs- und Teilhabepaket abrechnen. Flüchtlingskinder zahlen nichts. Wer sich noch anmelden möchte, kann das unter info@da-capos.de - Ferienangebote machen oder unter 0160/8723214 melden.

Über Kredite sprechen? Besser mit uns.



1. Kidsday ein voller Erfolg



Der Kidsday hat die Herbeder Kindertage abgelöst und das mit vollem Erfolg und viel Zuspruch. Bei bestem Wetter tummelten sich am Samstag zeitweise mehrere hundert kleine und große neugierige Besucher am Herbeder Sportplatz. Die Herbeder Ideenwerkstatt hatte in enger Zusammenarbeit mit mehr als 10 Vereinen sowie Gruppen aus Herbede und Umgebung ein buntes, familiäres und attraktives Fest auf die Beine gestellt. Ein besonderes Augenmerk wurde bei der Planung darauf gelegt, dass dieser Tag familienfreundlich gestaltet wird und somit fast das ganze Angebot kostenlos von den Vereinen und Gruppen gestellt wurde. Sämtliche Kosten wurden von ihnen getragen. Mittels einer kostenlosen Laufkarte konnten Kinder an den verschiedenen Ständen Dinge ausprobieren, wie Lichtgewehr schießen, Dosenwerfen, Kerzenziehen, Batik und vieles mehr. Für alle fleißigen Kinder, die eine abgeschlossene Laufkarte zurückgegeben haben, warteten in einer Vorlosung noch verschiedenste großartige Preise von Unternehmen und Händlern aus Herbede und Umgebung. Hier hab es unter anderem Pizzagutscheine, Schwimmbadkarten, Gutscheine für Eis und vieles mehr zu gewinnen. Mehr als 450 Laufkarten wurden am Ende des Tages ausgeteilt und die Herbeder Ideenwerkstatt ist überwältigt von dem Zuspruch gewesen. Viele Besucher haben uns direkt auf dem Veranstaltungsgelände darauf angesprochen, wie schön dieser Kidsday sei. Unter den Vereinen und Gruppen zeichnete sich ein identisches Bild ab. Neben kleinen und großen Besuchern strahlten auch sie um die Wette und konnten vielen Kindern Freude bereiten. Am Ende des Tages war es für alle eine gelun-

gene Veranstaltung und viele Vereine und Gruppen haben schon am Veranstaltungstag ihre Zusage für eine mögliche Neuauflage 2025 gegeben. Dieser Samstag hat uns als Ideenwerkstatt gezeigt, wie wichtig eine Zusammenarbeit mit unseren Vereinen und Gruppen aus Herbede ist und was wir gemeinsam bewegen können. Das neue Konzept hat in allen Punkten überzeugt. Wir danken den Vereinen/Gruppen: DLRG Herbede, BSV Herbede, Kita St. Barbara, HSV Herbede, Verein für deutsche Schäferhunde OG Herbede, TG Herbede, Evangelische Jugend Herbede, St. Peter und Paul Herbede, PV Triathlon Witten, Freiwillige Feuerwehr Herbede, SV Herbede Herbeder Ideenwerkstatt

Der Sparkassen-Privatkredit mit Top-Beratung.

Setzen Sie auf verantwortungsvolle Beratung statt auf gut gemeinte Ratschläge: Denn mit uns finanzieren Sie Ihre Vorhaben nicht nur sicher und schnell, sondern auch transparent und flexibel. Jetzt informieren – direkt in Ihrer Filiale oder online unter: sparkasse-witten.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Witten



Herbeder Ideenwerkstatt



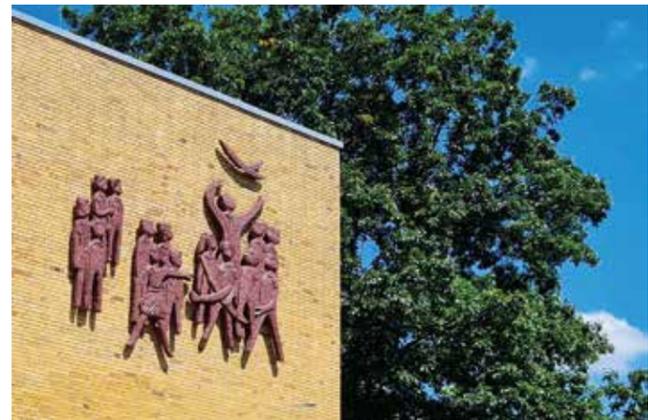
Hellwegschule ist ein Denkmal

Gerade etwas über 60 Jahre alt steht die Hellwegschule in Heven bereits unter Denkmalschutz als ein bedeutendes Zeugnis für den Bautyp in seiner Zeit und für die Baugeschichte in Witten. Aus dieser Zeit stammt auch die Pestalozzischule (Beek 2a).

Witten kann auf eine jahrhundertalte Geschichte zurückblicken: Herbede wird erstmals 851, Witten selbst 1214 in den Annalen erwähnt. Nicht wenige historische Bauten sind über die Jahrhunderte erhalten geblieben, viele davon als denkmalgeschützten Bauwerke in der Denkmalliste der Stadt Witten verzeichnet. IMAGE möchte Ihnen einige davon in loser Folge vorstellen. Heute nehmen wir die Hellwegschule in den Blick, die seit dem 27. September 2006 Platz 261 in der Denkmalliste einnimmt.

Es mutet im ersten Moment vielleicht etwas überraschend an, dass eine Schule aus den 1960er Jahren „im laufenden Betrieb“ bereits unter dem Schutz der Denkmalbehörde steht. Die Begründung der Denkmalbehörde: an Erhaltung und Nutzung der Hellwegschule besteht aus wissenschaftlichen, hier baugeschichtlichen Gründen, ein öffentliches Interesse, weil das Schulgebäude ein bedeutendes Zeugnis für den Bautyp in seiner Zeit und für die Baugeschichte in Witten in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts ist.

Gesehen werden muss die damalige Situation, in der die Schule am Hellweg 42 entstand: Die im 2. Weltkrieg ebenfalls schwer getroffenen Schulen der Ruhrstadt wurden in der ersten Phase wiederhergestellt und oft auch erweitert. Weil die Bevölkerung der Stadt aufgrund der vielen zugezogenen Arbeitssuchenden und Flüchtlingen erheblich gestiegen war, mussten - insbesondere in den Vororten - weitere Schulen errichtet werden. Eine dieser Schulen war die Hellwegschule, die ab ca. 1959 als 10-klassige Volksschule in Verbindung mit einem Spiel- und Sportzentrum sowie einem kleinen Jugendzentrum geplant und 1960 in Bauplänen und danach Stein auf Stein konkretisiert wurde. Ein Erweiterungsbau folgte 1975 auf dem Gelände des westlich gelegenen Schulhofs.



Zeittypisch ist auch das Metallrelief an der Südfront der Turnhalle, das eine Kindergruppe mit einem Lehrer zeigt, die das Modell eines Flugzeuges steigen lassen. Flugzeuge galten in der damaligen Zeit als ein Symbol des Fortschritts.



Fredeburger Konferenz maßgeblich

Einfach mal kreativ sein und eine neue Schule planen, funktionierte auch damals im schon bürokratisierten Nachkriegsdeutschland nicht. In der damaligen Diskussion um eine neue, freiheitliche und der Demokratie entsprechende Pädagogik spielte auch die Frage der Schulgebäude eine bedeutende Rolle. Die übereinstimmende Meinung der Teilnehmer an der für die Schulentwicklung maßgeblichen Fredeburger Konferenz war, dass für die Erziehung in der neuen Demokratie auch neuartige Schulgebäude notwendig wären, die ein Verlangen nach Raum, Luft, Licht, Raum und Schönheit wecken und gleichzeitig einen Schutzraum geben sollten. Die Klassen wurden deshalb grundsätzlich zum Licht hin ausgerichtet, zumindest eine Wand nahezu vollständig verglast oder die Räume erhielten große Fenster. Festgelegt in den Richtlinien für den Bau von Volks-, Real- und Höheren Schulen für das Land Nordrhein-Westfalen sollte auf großen Grundstücken gebaut sowie eine „ästhetisch ansprechende, künstlerische Gestaltung“ zum Tragen kommen. Auf die Kosten für diese Bauprojekte kam es offensichtlich schon damals nicht besonders an, „weil nach der Befreiung von der nationalsozialistischen Diktatur pädagogische Gesichtspunkte Vorrang vor wirtschaftlichen Überlegungen hatten. Nicht zuletzt waren aufgrund des ‚Wirtschaftswunders‘ auch die materiellen Voraussetzungen gegeben“, wie in der Denkmallakte der Hellwegschule nachgelesen werden kann. Diese idealistische Phase war um die Mitte der 1960er Jahre dann aber erst einmal beendet.

Heraus kam für die Hellwegschule ein Hauptgebäude, bestehend „aus zwei parallelen, in SW-NO-Richtung angeordneten, gleich hohen Klassentrakten, von denen einer wegen des hängigen Geländes dreigeschossig, der andere zweigeschossig wirkt“, wie das Westfälische Amt für Denkmalpflege 2005 schrieb. Im Untergeschoss befindet sich ein Lehrschwimmbekken mitsamt der dazu notwendigen Wasseraufbereitungsanlage und anderer technischer Einrichtungen. Die Sporthalle steht separat und ist durch eine überdachte Treppenanlage mit einem Jugendheim mit Bücherei, Jugend- und Werkräumen verbunden. Zeittypisch ist auch das Metallrelief an der Südfront der Turnhalle. Es zeigt eine Kindergruppe mit einem Lehrer, die das Modell eines Flugzeuges steigen lassen. Flugzeuge galten in der damaligen Zeit als ein Symbol des Fortschritts. dx



FLUSS PARTY

am 27.7. ab 12 Uhr - Eintritt 12 Euro

• André Wörmann • Andreas Sommer • Sarah Carina
• Guido Westermann • D.N.A. • Andreas Kuhne
• Luca Engels • Andrea Thompson • Heidi Jahns
DER GESAMTE ERLÖS GEHT IN DIE DRINGEND NOTWENDIGE REPARATUR DES VEREINSHEIMS



LIVE-MUSIK
SPEISEN &
GETRÄNKE

Musikfestival für die Dach-Reparatur der Wasserfreunde



Das vom Wasser stark geschundene Haus des Clubs Wasserfreunde Witten. Einmal Wasser von unten (wie auf dem Foto), dann durchs Dach von oben.

Das Sommer-Hochwasser Sommer 2021 hat erhebliche Schäden angerichtet, jetzt haben die Faltbootfahrer Wasserfreunde Witten ein neues Problem: das Dach droht einzustürzen, vor allem im Winter durch die Last des Schnees. „Abgefallene Äste haben mehrere Dachziegel zerbrochen“, berichtet Geschäftsführerin Janin Folgmann. „Es tropfte überall hindurch.“ Die Zwischendecke hat sich sogar durchgebogen. Der herbeigerufene Dachdecker brachte

schlechte Nachrichten: Eine einfache Reparatur reicht nicht aus. Bei seiner Inspektion entdeckte er massiven Schimmel- und Pilzbefall im Dach sowie morsche Balken. Die Kosten für die Sanierung belaufen sich auf 30.000 Euro, eine Summe, die der Verein nicht aufbringen kann. Die gesamten Ersparnisse wurden bereits in die Renovierung nach der Hochwasserkatastrophe investiert. Um Spenden zu sammeln, veranstaltet der Club am 27. Juli ein Musikfestival mit 8 Künstlern (die unentgeltlich auftreten), Hüpfburg, Speis und Trank. Der Bürgermeister eröffnet die Veranstaltung um 12 Uhr. Die Veranstaltung endet um 22 Uhr.

27. Juli, ab 12 Uhr
Uferstr. 5, 58452 Witten

Stadtwerke Benefiz-Turnier: Ball rollte am Goltenbusch

Eine schöne Idee hatten die Stadtwerke Witten: eine Woche vor der Fußball-EM in Deutschland veranstalteten sie ein Benefizturnier. Sei es zur Einstimmung auf das Fußball-Event in den großen Stadien Deutschlands, sei es gar als Orakel, welches Team im Endspiel am 14. Juli den Europa-Pokal hochhalten wird – Sieger waren allemal soziale Einrichtungen vor allem in Witten, an die 3.000 Euro als Spende gingen.

Soziale Institutionen freuen sich über erspielte Spende

Bei herrlichem Sonnenschein trafen sich neun Mannschaften auf dem

Die Herren der AHE versuchten auf dem grünen Rasen alles für Österreich und gleichzeitig für den Verein Viadukt e.V. herauszuholen, bei der Berufsfeuerwehr rollte der Ball für Frankreich und Feuer und Flamme e.V., die Sparkasse spielte für Italien/Kinderhospiz Ruhrgebiet e.V., Stadtwerke Bochum Netz für Spanien/Lebenshilfe Witten e.V., Stadtwerke Herne für Rumänien/FliWi gGmbH, Stadtwerke Witten für Ungarn/Der Paritätische Kreisgruppe EN-Kreis, Stadtwerke Witten Altherren für Deutschland/Kinderschutzbund Ortsverband Witten e.V., Stadt Witten für Portugal/Tierheim Witten-Wetter-Herdecke e. V. und die dritte Mannschaft des SV Bommern 05 für Niederlande/Christopherus-Haus e.V.

Fußballplatz am Goltenbusch in Bommern zum Kicken. Um die Europameisterschaft noch authentischer zu simulieren, streifte sich jede Mannschaft das Trikot eines der zugelosten teilnehmenden Länder über und ging außerdem für einen sozialen Verein an den Start. Auch an die vielen Zuschauer hatten die Stadtwerke, die als Organisator selbst mit zwei Mannschaften vertreten waren, gedacht und für Essen, Getränke sowie für ein kleines Kinderprogramm gesorgt.

Orakel hat entschieden: Niederlande gewinnen EM

Um 11 Uhr starteten die Gruppenspiele, anschließend ging es für die erfolgreichsten Mannschaften ins K.-o.-System. Am Ende gewannen die Niederlande, gespielt von der dritten Mannschaft des SV Bommern 05, in einem spannenden Finale gegen Spanien, gespielt von den Stadtwerken Bochum 6:5 nach Elfmeterschießen. Auf dem dritten Platz landete die Stadt Witten im portugiesischen Trikot. Gemeinsam mit den drei Sieger-Mannschaften freuten sich die Wittener Institutionen Christopherus-Haus e. V. (Platz 1) über 600 €, Lebenshilfe Witten e. V. (Platz 2) über 500 € und Tierheim Witten-Wetter-Herdecke e. V. (Platz 3) über 400 €. Alle anderen Institutionen erhalten 300 €. Ob im „richtigen Leben“ jetzt auch die Niederlande die Europameisterschaft gewinnen? dx



In einem Benefizturnier traten neun Fußball-Teams stellvertretend für eine Nation und eine Spende für eine Soziale Institution gegeneinander an. Veranstalter Stadtwerke Witten war selbst mit zwei Mannschaften für Deutschland (schwarzes Trikot) und Ungarn (grüne Trikots) vertreten. Foto: Stadtwerke Witten

Wir wünschen unseren Kundinnen und Kunden einen schönen Urlaub und freuen uns auf ein Wiedersehen!



Im Hammertal 81-83 | 58456 Witten

Letzte Heilige Messe ...in der Buchholzer Kirche St. Antonius

120 Besucher kamen zur Letzten Heiligen Messe um Abschied zu nehmen. Es seien „gemischte Gefühle“, die diesen Gottesdienst begleiten, sagte Pfarrer Holger Schmitz bei der Begrüßung, „im Wissen, dass über 60 Jahre Kirchen- und Gemeindegeschichte hier an ein Ende kommen.“ Auf der einen Seite Trauer. Auf der anderen Dankbarkeit „für alles, was über die vielen Jahre hinweg St. Antonius zu einer besonderen und persönlichen Begegnungsstätte zwischen Himmel und Erde hat werden lassen“.



Weihbischof Zimmermann feiert die Letzte Heilige Messe in St. Antonius – Konzelebranten waren Pfarrer Holger Schmitz (l.) und Pastor Wieland Schmidt (r.) Foto: Martin Kramer

Weihbischof Wilhelm Zimmermann, der nach Buchholz gekommen war, um mit Pfarrer Schmitz und Pastor Wieland Schmidt als Konzelebranten die letzte Heilige Messe zu feiern, sagte in seiner Predigt: „Dies ist heute natürlich kein schöner Tag. Eher ein trauriger und ich bin gekommen, dies auch deutlich zu sagen und um der Trauer den nötigen Raum zu geben.“ Aber auch er betonte, dass Erinnerungen nicht nur Trauer hervorrufen könnten, sondern auch Dankbarkeit auslösen. „Dankbarkeit für viele Stunden und Jahre durch ein lebendiges und frohes Gemeindeleben. Dankbarkeit für die vielen Begegnungen mit anderen Menschen.“ So gehörte an diese Stelle auch der Dank an alle, die seit dem Bau der Kirche 1961/1962 das Leben der Gemeinde verantwortlich mitgetragen und mitgestaltet hätten.

Mit der Feier der letzten Heilige Messe, der Außerdienststellung und der anschließenden Profanierung als bischöflicher Rechtsakt sind die Voraussetzungen für die nicht mehr liturgische Nutzung des Kirchengebäudes geschaffen. Das Kirchgebäude wird erhalten, im bisherigen Gottesdienstraum im Erdgeschoss entstehen zwei Wohnungen und außerdem werden auf dem dazugehörigen Grundstück neun Wohnhäuser gebaut. Zum Modell des „nachbarschaftlichen Wohnens“, bei dem auf dem Areal Flächen gemeinschaftlich genutzt werden, gehört auch, dass die Buchholzer Pfadfinder weiterhin eine Heimat vor Ort finden werden. Die Entscheidung, die Kirche samt Außengelände in andere Hände zu geben, wurde bereits 2018 im Rahmen des sogenannten Pfarreentwicklungsprozesses (PEP) per Votum entschieden. Hintergrund ist der Rückgang von Kirchenmitgliedern/Kirchensteuern und die damit verbundenen geringeren finanziellen Möglichkeiten vor Ort.

Senioren-WG statt Altenheim Miteinander leben. Aufeinander achten

Die Senioren-WG in Witten-Heven bietet eine barrierefreie und rollstuhlgerechte Alternative zum Heim. In Heven am Hellweg hat die Herbederin mit zwei Wohnungen angefangen, die für eine betreute Senioren-WG umgestaltet wurden. Inzwischen sind es insgesamt sechs Wohneinheiten, die komplett belegt sind. In den zwischen 16 und 19 Quadratmeter großen Räumen leben die Bewohner ganz nach ihren eigenen Vorstellungen und Möglichkeiten. Ein Gemeinschaftsraum mit angegliederter Küche, barrierefreie Bäder und ein kleineres Zimmer mit Bett für Betreuer, die rund um die Uhr für die Bewohner da sind, gehören zur Ausstattung. „Das familiäre Leben in einer Wohnung ist ein guter Schutz vor Vereinsamung“, sagt Monika Bonk, die in der WG auch eine gute Alternative zum Altenheim sieht. Die medizinische Versorgung kann ergänzend ein ambulanter Pflegedienst übernehmen.



Hilfe auf Knopfdruck Viele interessierte Senioren bei Informationsveranstaltung der Familien und Krankenpflege.

Um das selbstbestimmte Leben von Senioren so lange wie möglich aufrechtzuerhalten, gibt es inzwischen einige Möglichkeiten. Eine davon ist der Hausnotruf. Der ASB hat die verschiedenen Möglichkeiten dieser praktischen Hilfestellung bei einem Informationstag für Besucher der Tagespflege der Familien und Krankenpflege sowie deren Angehörigen einmal vorgestellt.

Bei Kaffee und Kuchen präsentierten Kirsten Schäfer und Christian Erlemeyer die verschiedenen Systeme. „Das Hausnotrufgerät wird von uns an einer Ihrer Steckdosen angeschlossen“, erklärt Christian Erlemeyer. „Den dazugehörigen kleinen Sender tragen Sie als Armband oder als Kette immer bei sich. Dabei ist die Kette die sicherere Alternative. Falls Sie zum Beispiel einen Schlaganfall erleiden, kann es sein, dass Sie eine Hand nicht mehr zum Hilfenknopf bewegen können. Die Kette ist somit die sicherere Möglichkeit, immer auf den Notknopf drücken zu können“, weiß der Fachmann. Sowohl Kette als auch das Armband sind stoßfest und wasserdicht, sodass sie gerade auch beim Duschen oder in der Badewanne nicht abgenommen werden müssen. „Gerade in der Dusche oder in der Badewanne birgt sich oft ein größeres Gefahrenpotential. Schnell ist man gestürzt und benötigt Hilfe“, so Erlemeyer.

„Wenn Sie Hilfe brauchen, drücken Sie einfach den Knopf am Sender. Über Ihr Hausnotrufgerät meldet sich dann ein Mitarbeiter der Hausnotrufzentrale, der die Situation abklärt und Ihnen Hilfe vermittelt – ganz egal wo sich in der Wohnung gerade aufhalten.“ Den Hausnotruf gibt es in verschiedensten Tarifen. Den Standardtarif zahlt meist schon die Krankenkasse. Sollen Extraleistungen wie Schlüssel hinterlegungen oder der mobile deutschlandweite Notruf auch in Anspruch genommen werden können, müssen ggf. Zuschaltungen geleistet werden. Wichtig ist mit den Angehörigen über Notfallsituationen zu sprechen, damit im Fall der Fälle schnell reagiert werden kann.



Christian Erlemeyer und Kirsten Schäfer präsentieren den Hausnotruf. Das Hausnotrufsystem gibt es in verschiedenen Designs, die sich angenehm in die Wohnung integrieren lassen. Fotos: B. Bohner

Wir helfen hier und jetzt. 

Wir finden Sie, wie die Nadel im Heuhaufen!



Hausnotruf und mobiler Notruf durch den ASB Witten: (02302) 91 08 80
www.asb-en.de

 **Familien- und Krankenpflege e.V.**
Herdecke - Witten - Wetter

Tagespflege im Dorfzentrum Wengern
Osterfeldstr. 28 - 58300 Wetter
Tel.: 02335 96 78 822
tagespflege@familienkrankenpflege.com

Familien- und Krankenpflege Tagespflege gGmbH
Tagespflege Am Mühlengraben
Wetterstraße 8 - 58453 Witten
Tel.: 02302 70 700 11
fuk-tpwitten@familienkrankenpflege.com

Tagespflege Wullener Feld
Wullener Feld 34 - 58454 Witten
Tel.: 02302 707 68 30
fuk-tpwitten@familienkrankenpflege.com

Öffnungszeiten an allen Standorten: Mo. – Fr. 08.00 – 16.00 Uhr

Ihr zuverlässiger Partner in der ambulanten Alten- und Krankenpflege für Herdecke, Witten, Wetter und Hagen

www.familienkrankenpflege.com

 **Gesellschafterin für Senioren und hilfsbedürftige Menschen**

ProSenior
Qualifizierte
Seniorenbetreuung
Monika Bonk

- Betreuung, Unterstützung und Begleitung von älteren und hilfsbedürftigen Menschen in ihrer gewohnten Umgebung.
- Entlastung von pflegenden Angehörigen
- Interessante Freizeitgestaltung
- Unterstützung bei Demenzerkrankung

www.pro-senior-bonk.de

ProSenior Seniorenbetreuung
M. Bonk • Wannen 116
58455 Witten-Heven

Tel.: 0 23 02 / 1 76 46 80
Mobil: 01 78 / 3 06 13 55
Email: monika_bonk@web.de



Wie eine kleine Familie

Chelonia Tagespflege feiert 20-jähriges Jubiläum

Wer Stephanie Ludwig, Inhaberin der Chelonia Tagespflege kennt, weiß, sie hat immer einen lockeren Spruch auf den Lippen, ist mitten im Geschehen und brennt für ihren Beruf. Die Inhaberin gibt buchstäblich alles für ihre Gäste. „Oft sind die Angehörigen meiner Gäste mit der ganzen Bürokratie der Pflege überfordert“, erklärt Stephanie Ludwig und weiß, dass die Zeit, in der die ersten Schritte Richtung Pflege gegangen werden, oft schwierig für die Familie sein können. Wo beantrage ich was? Was wird bezuschusst? Welches Formular muss ich ausfüllen und wo muss ich mich melden? Dem allen begegnen die Angehörigen von Pflegebedürftigen häufig in solchen Situationen das erste Mal. Für Stephanie Ludwig sind diese Dinge alltäglich, für sie ist es ein Leichtes sich im Pflegedschungel zurechtzufinden. „Deshalb ist es mir besonders wichtig, mir wirklich die Zeit für jeden einzelnen Gast zu nehmen. Und das fängt schon bei der Anmeldung an.“ Hier wird für jeden Gast individuell die beste Lösung gefunden. Dabei profitieren die Gäste auch von ihrem vielseitigen Netzwerk, welches viele ergänzende Leistungen umfasst. „Wir schauen gemeinsam wo der Gast steht und sorgen dann individuell dafür, dass der Gast so lange wie möglich eigenständig zuhause leben kann.“

Jeder Gast ist individuell

Stephanie Ludwig und ihr Team leben ihren Beruf mit viel Herz und Leidenschaft. Ihnen ist es wichtig, dass alle sich wohlfühlen. „Bei uns ist es total familiär“, erzählt die Inhaberin begeistert. „Hier entwickeln sich Freundschaften und unsere Gäste merken: hier kann es noch mal richtig Spaß machen.“ Es wird erzählt, gebastelt, gebacken, geturnt, gesungen und vor allem viel gelacht. „Schönes Wetter nutzen wir für einen Spaziergang in den nahe gelegenen Park oder zur Eisdielen. Unsere zentrale Lage macht dieses ohne lange Wege möglich.“ Aber auch regulär stehen Einkaufsbummel, Beautyangebote, Geselligkeit und Bewegung auf dem Plan. „Wir richten uns danach, worauf unsere Besucher gerade Lust haben.“ So kann aus einem geplanten Einkaufsbummel auch mal ein Quiznachmittag oder eine Bastelstunde werden. Den Enthusiasmus der Einrichtung wissen die Gäste und deren Angehörige zu schätzen. „Wir freuen uns natürlich sehr, wie zufrieden die Familien mit unserer Arbeit sind. Da kommt es auch schon mal vor, dass wir über die Jahre mehrere Generationen einer Familie betreuen durften“, so Frau Ludwig. Nicht wenig trägt hierzu auch die Kontinuität der Mitarbeitenden bei. Stephanie Ludwig und ihr Ehemann Adrian, sowie ihre Mitarbeitenden sind immer im Geschehen vor Ort. Eine große Fluktuation gibt es bei dem Pflegepersonal nicht. Das erleichtert es den Gästen natürlich eine Bindung aufzubauen und sich schneller wohlfühlen.

„Wie in einer kleinen Familie eben“, freut sich die Inhaberin. Wer einmal in die liebevolle Betreuung bei Chelonia hineinschnuppern möchte, ist herzlich willkommen. Stephanie Ludwig: „Ein kostenloser Probetag sowie eine umfassende Beratung sind nach vorheriger telefonischer Absprache jederzeit möglich.“ Weitere Informationen unter: Tel.: 02302 5898413. Gerne machen Sie sich vorab einen Eindruck unter www.chelonia-tagespflege.de.

Jubiläumsfeier

Die Chelonia Tagespflege war die erste Tagespflege in Witten – nun feiert sie anfang August ihr 20. Jubiläum. „Ich war von Anfang an dabei“, so Ludwig. „Anfangs noch als Angestellte. Ab 2011 als selbstständige Eigentümerin.“ 2011 wurde die Einrichtung verkauft, sodass Frau Ludwig seitdem unabhängig und eigenständig agiert. Und das mit stets vollem Haus. Ein großer Erfolg für die engagierte Altenpflegerin.

JN



Inhaberin Stephanie Ludwig ist seit Tag 1 mit Herz und viel Leidenschaft für ihren Beruf mit im Geschehen. Fotos: Chelonia Tagespflege



HOME INSTEAD – IHR PFLEGEPARTNER VOR ORT
BETREUUNG – GRUNDPFLEGE – UNTERSTÜTZUNG ZUHAUSE



KOMPETENZ
DEMENZ

Wir sind für Sie da – damit Sie selbstbestimmt Zuhause leben können. Von der Grundpflege über die Betreuung bis hin zur Unterstützung im Haushalt – wir schaffen Lösungen nach Ihren Wünschen.

Unsere Mitarbeiter nehmen sich die Zeit, die Sie benötigen – EINFACH PERSÖNLICHER

Kostenlose Beratung unter:

MD-Prüfung: **Note 1,0**
01/2024

Tel.: 02302 2056550

Home Instead Witten-Herdecke
www.homeinstead.de/witten-herdecke

Home
Instead
Zuhause umsorgt

Geriatrische Tagesklinik im EvK Witten feiert 25. Geburtstag

Geburtstagsstimmung im Evangelischen Krankenhaus Witten: Die geriatrische Tagesklinik feiert ihr 25-jähriges Bestehen. Seit einem Vierteljahrhundert schreibt sie als wichtiges Bindeglied zwischen ambulanter und stationärer Behandlung Erfolgsgeschichte. Das war längst nicht zu erwarten, als sie am 29. Mai 1999 im Erdgeschoss des EvK ihre Pforten öffnete. Zu groß war die Skepsis der niedergelassenen Mediziner. Doch der damalige Chefarzt der Klinik für Geriatrie im EvK, Dr. Ulrich Weitkämper, leistete viel Aufklärungsarbeit und überzeugte die Kollegen schließlich von der Idee, das Therapieprogramm aus dem vollstationären in den teilstationären Bereich zu verlagern. Der Vorteil: Die Patienten profitieren von dem umfassenden Krankenhaus-Angebot, ohne dabei auf ihr vertrautes häusliches Umfeld verzichten zu müssen.

Das vorrangige Ziel der Geriatrischen Tagesklinik ist es, ältere Patienten zum Beispiel nach einem Krankenhausaufenthalt wieder fit für den Alltag zu machen. Eine Behandlung in der Tagesklinik empfiehlt sich auch dann, wenn die Selbstständigkeit durch eine akute Erkrankung oder ein verschlimmertes chronisches Leiden bedroht ist.

Hinter dem Erfolg steckt das geriatrische Team, in dem Ärzte ebenso unverzichtbar sind wie Pflegefachkräfte und Therapeuten. Hand in Hand kümmern sie sich während der 15 Behandlungstage ganzheitlich um den Patienten und erstellen einen individuellen Therapieplan. Der kann Ergo- und Physiotherapie, Kraft- und Ausdauertraining, aber auch Gedächtnistraining, Sturzprävention oder die Behandlung von Sprach- und Schluckstörungen umfassen – je nach Erkrankung.



Geburtstagsstimmung im EvK Witten: Das Team der Geriatrischen Tagesklinik feiert den 25. Geburtstag der Einrichtung. Foto: EvK Witten

Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen einmal im Jahr die 15-tägige Behandlung in der Geriatrischen Tagesklinik. Ein Transportdienst holt die Patientinnen und Patienten morgens ab und bringt sie nachmittags wieder nach Hause – Mittagessen inklusive. Damit bedeutet der Aufenthalt in der Tagesklinik auch für pflegende Angehörige eine kleine Verschnaufpause. Für die Aufnahme ist eine Einweisung durch den Hausarzt erforderlich sowie eine Terminabsprache.

Medizin mit überdurchschnittlichen Bewertungen

CHE Ranking 2024: Human- und Zahnmedizin der UW/H mit überdurchschnittlichen Bewertungen

Spitzenwerte in fast allen Kategorien bei der Zahnmedizin

Die Studierenden der Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde sind nicht nur sehr zufrieden mit der allgemeinen Studienorganisation (4,5 von 5 Sternen), sondern auch mit dem Zustand und der technischen Ausstattung der Räumlichkeiten (4,6) und der Vernetzung der Studierenden untereinander (4,7). Außerdem loben sie die Angebote zur Förderung des Berufseinstiegs, z. B. durch Stellenbörsen, Messen und die Vernetzung mit Arbeitgebern (4,4) sowie die praktische Ausstattung des Studiengangs, etwa mit Simulationsplätzen (4,6) und Behandlungsstühlen (4,4). In all diesen Kategorien liegt die UW/H über dem Mittelwert aller Hochschulen. Ein Kritikpunkt aus dem letzten CHE Ranking (2021) konnte dieses Mal auch verbessert werden: Die Bibliotheksausstattung wurde zum ersten Mal überdurchschnittlich bewertet (4,1).

Lob für die Verzahnung von Theorie und Praxis

Auch in der Humanmedizin liegen die Ergebnisse der Befragung in den meisten Kategorien im sehr guten Bereich: Speziell in der Kategorie „Verzahnung Vorklinik Klinik“ haben die Studierenden Bestnoten verteilt (4,6 von 5 Sternen). Sie schätzen vor allem den direkten

Praxisbezug: „Die Vorklinik ist bereits sehr praxisnah. Man hat ab dem ersten Semester Patientenkontakt, das hilft einem über die Jahre einen guten Umgang, ausführliche Anamnesen und Untersuchung zu festigen“, heißt es in einer anonymen Rückmeldung zur Befragung. Bei der allgemeinen Studiensituation (4,1), der Studienorganisation (4,6) und der Betreuung im Patientenunterricht (4,4) schneidet die UW/H ebenfalls besser ab als der bundesweite Durchschnitt. Auch die Größe der Lehrveranstaltungen (4,6) und die Unterstützung der Lehrenden bei Fragen und Problemen (4,5) heben die Studierenden positiv hervor. Zusätzlich zur Sternevergabe können die Studierenden Anregungen, Lob und Kritik in schriftlicher Form äußern. Dabei wurde speziell das Studium fundamentale als Besonderheit der UW/H hervorgehoben.



Wenn Gelenke entzündet sind, lohnt der Blick auf die Ernährung

Hinter dem umgangssprachlichen Begriff „Rheuma“ verbergen sich viele verschiedene Krankheiten



IMAGE sprach mit dem Chefarzt Matthias Blase, Facharzt für Chirurgie, Viszeralchirurgie und Spezielle Viszeralchirurgie, über entzündliche Erkrankungen der Gelenke, umgangssprachlich unter „Rheuma“ bekannt. Die Krankheit hat viele Gesichter. Zur Therapie gehört oft der Blick auf die Ernährung. Der Ernährungsmediziner weiß, warum die „richtige“ Ernährung gerade bei rheumatischen Erkrankungen so wichtig ist.

IMAGE: Wenn wir Rheuma sagen, was meint der Begriff überhaupt?

BLASE: Es gibt eine Vielzahl von Erkrankungen, die mit diesem Sammelbegriff umgangssprachlich belegt sind. Dazu gehören beispielsweise Arthrose, rheumatoide Arthritis, Gicht, Osteoporose, Fibromyalgie, Kollagenosen, Psoriasis Arthritis und Vaskulitis. Es gibt nicht-entzündliche Krankheitsbilder, die vor allem durch Abnutzung entstehen. Ursache sind die natürlichen Alterungsvorgänge, aber auch Überlastungen durch Übergewicht oder Schäden durch Unfälle. In vielen Fällen sprechen wir aber von entzündlichen Vorgängen, denen eine krankhaft gesteigerte Reaktion des körpereigenen Abwehrsystems zugrunde liegt. Bei den Symptomen sprechen wir von schmerzhaften Rücken oder Osteoporose bedingte Knochenbrüche. Rund 20 Millionen Menschen in Deutschland leiden darunter und es betrifft nicht nur ältere Menschen. Auch Kinder und Jugendliche sind betroffen.

IMAGE: Das hört sich nach einer Volkskrankheit an?

BLASE: Wenn man diese verschiedenen Krankheiten zusammenfasst, ist das sicher so. Je eher die richtige Diagnose gestellt wird und je früher die Krankheit erkannt wird, desto besser sind die Chancen auf eine erfolgreiche Therapie. Im schlimmsten Fall und wenn die Beschwerden nicht behandelt werden, droht der Verlust der Gebrauchsfähigkeit der betroffenen Gelenke. Eine Therapie setzt sich in der Regel aus mehreren Bausteinen zusammen. Dazu gehören Physio- und Ergotherapie, aber auch Medikamente oder eine Schmerztherapie. Ein sehr wichtiger Baustein ist auch die Ernährung.

IMAGE: Das bedeutet: Man soll auf alles verzichten, was gut schmeckt?

BLASE: Nein, ganz sicher nicht. Man muss nicht Vegetarier werden und man braucht auch keine Nahrungsergänzungsmittel. Man sollte sich aber ausgewogen ernähren. Betroffene sollten auf eine vollwertige Ernährung achten, wie sie etwa die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt. Dann stehen dem Körper in der Regel genügend Nährstoffe, Vitamine, Antioxidanzien und Spurenelemente zu Verfügung. Dies ist eine wichtige Voraussetzung, um Energie für den Kampf gegen die Erkrankung zu haben. Lebensmittel können eine medikamentöse Therapie ergänzen. Sie können rheumatische Leiden und Begleiterkrankungen positiv beeinflussen – etwa den Entzündungsprozess mildern oder Knochenschwund vorbeugen. Das ist beispielsweise bei Osteoporose der Fall. Ersetzen kann aber auch eine sehr gut durchdachte Ernährungsweise keine Medikamente oder gar notwendige chirurgische Eingriffe. Dazu gehört beispielsweise die Entfernung von entzündlicher Gelenkschleimhaut, was heute meistens minimal-invasiv im Rahmen einer Gelenkspiegelung erfolgt.

IMAGE: Es gibt aber Lebensmittel, auf die man verzichten sollte?

BLASE: Ja, die gibt es. Bei entzündlich-rheumatischen Erkrankungen sollten Betroffene nicht zu viel Arachidonsäure über die Nahrung aufnehmen. Aus Arachidonsäure bilden sich entzündungsfördernde Bo-

tenstoffe. Und diese Stoffe begünstigen die Entzündungen der Gelenke. Arachidonsäure befindet sich ausschließlich in Nahrungsmitteln tierischer Herkunft – also in Fleisch- und Wurstwaren, Milch und Milchprodukten. Das heißt jetzt nicht, das man komplett auf diese Lebensmittel verzichten sollte. Aber es bedeutet, man sollte sie nur in Maßen konsumieren. Die maximal empfohlene Wochenmenge ist schon bei zwei kleinen Fleischmahlzeiten pro Woche erreicht. Arachidonsäure befindet sich außerdem in Milch, Käse, Sahne und Eiern. Nach Möglichkeit sollte man nicht mehr als vier Eier pro Woche zu sich nehmen. Dabei muss man auch an versteckte Eier in Fertigprodukten denken. Bei Milchprodukten ist es gut, auf fettarme Varianten umzusteigen. Man sollte schließlich auch das Körpergewicht im Blick behalten. Butter und Schmalz sollten auch nicht täglich auf dem Speiseplan stehen. Abnehmen oder – vorbeugend – ein gesundes Körpergewicht ist vorteilhaft beispielsweise für Gicht.

IMAGE: Und umgekehrt gibt es Lebensmittel, die unbedenklich sind und die man problemlos in größerer Menge verzehren kann?

BLASE: Bedingt. Es sind eher Zutaten, auf die es ankommt. Fisch ist allerdings ein ausgezeichnetes Nahrungsmittel für Betroffene von entzündlich-rheumatischen Erkrankungen. Denn im Fischöl befindet sich Eicosapentaensäure (EPA) – eine Fettsäure, die Studien zufolge eine deutliche Besserung der Erkrankungen bewirkt. Klinische Tests zeigen: 800 Gramm Fisch mit den wertvollen Omega-3-Fettsäuren pro Woche können zu leichten Verbesserungen der Anzahl geschwollener Gelenke und der Schmerzstärke führen. Auch Lein-, Raps-, Weizenkeim-, Soja- und Walnussöl besitzen entzündungshemmende Eigenschaften. Und es gibt eine dritte Möglichkeit, die Bildung von Entzündungsstoffen aus Arachidonsäure zu vermindern: Gewürze. Ingwer, Curry, Kümmel und Knoblauch sind Antioxidanzien, die Rheuma-Betroffenen helfen können. Es gibt Befürworter einer vegetarischen oder sogar veganen Ernährung bei entzündlichen Gelenkerkrankungen. Aber es gibt noch keine überzeugenden wissenschaftlichen Beweise für die Richtigkeit dieser Denkweise. Das gilt auch für Rheuma-Diäten oder Nahrungsergänzungsmittel. Vieles ist sehr teuer und die Wirksamkeit doch zweifelhaft.

IMAGE: Wie sieht es mit Rauchen und Alkohol aus?

BLASE: Na ja, beides schadet ja nicht nur bei rheumatischen Erkrankungen. Aber ja, die schädlichen Eigenschaften gelten natürlich auch bei diesen Betroffenen. Studien zeigen: Rheumatoide Arthritis tritt bei Rauchern messbar häufiger auf. Die Erkrankung verläuft zudem oftmals schwerer als bei Nichtrauchern. Und bei Gicht oder Osteoporose schadet Alkohol grundsätzlich. Bei rheumatoider Arthritis hat Alkohol in geringen Mengen (< 10 g / Tag, d.h. ca. 1 Glas Bier od. 1/2 Glas Wein) vermutlich eine protektive Wirkung! Diese kehrt sich allerdings bei größeren Mengen rasch ins Gegenteil um, sodass 10 g die Toleranzgrenze ist! Zusätzlich sollte man hier auf die Gendermedizin schauen. Die allgemeinen Empfehlungen geben für gesunde Frauen als Toleranzgrenze 10 g und für Männer maximal 20 g/Tag an!

IMAGE: Kann man rheumatischen Erkrankungen vorbeugen?

BLASE: Die Fähigkeit eines Menschen, Krankheiten zu widerstehen, ist von vielen Faktoren abhängig. Das bezieht sich nicht nur auf rheumatische Erkrankungen. Ein gesundes Körpergewicht, ausreichende Bewegung – und hier muss es kein Fitness-Studio sein – und der Abbau von negativem Stress gehört genauso dazu wie eine ausgewogene Ernährung. Aber auch regelmäßiger Schlaf und Umweltfaktoren und natürlich auch die Genetik spielen eine große Rolle. Wir können nicht alles beeinflussen, aber unsere Lebensweise kann in vielen Fällen durchaus das Risiko senken, zu erkranken. Oder das Umgekehrte bewirken. Wichtig ist aber auch: Essen ist nicht nur Nahrungsaufnahme, sondern auch Genuss. Das muss und darf es auch bleiben. Doch das schließt körperbewusstes Schlemmen nicht aus. *anja*

Veranstaltungen im AUGUST

Führung durch die Urologische Ambulanz

Prof. Dr. Andreas Wiedemann

8. August 2024 | 17 Uhr

Medizin konkret: Ernährungsmedizin

Vegetarisch und vegan aus medizinischer Sicht

21. August 2024 | 17 Uhr

Benefiz-Fußballturnier im Wullenstadion

Zugunsten der Palliativstation

25. August 2024 | ab 13 Uhr



Mehr Infos unter
www.evk-witten.de



Evangelisches Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27

58455 Witten

02302.175-0

**Ev. Krankenhaus
Witten**
Lehrkrankenhaus der Universität
Witten/Herdecke

Mehr Selbstständigkeit und Entlastung im täglichen Leben! Ergotherapie hilft!

meile praxis für ergotherapie

Pädiatrie:
Sensorische Integrationstherapie, Entwicklungsverzögerungen bei Kindern, ADS/ADHS, graphemotorische Auffälligkeiten, Konz. psychische Erkrankungen.

Neurologie:
Schlaganfall
Parkinson
Alzheimer Demenz
MS, ALS
Periphere Lähmung
Schädelhirntrauma

Handtherapie:
Behandlung nach Operationen, Traumen
Narbenbehandlung, Spiegeltherapie
Carpaltunnelsyndrom
CRPS (Morbus Sudeck)
Dupuytren Kontraktur
Rhizarthrose
Arthrose, rheumatische Erkrankungen f. d. Hand
Sehnenverletzungen



Praxis für Ergotherapie
Inhaberin: Anke Hein
Wittener Str. 4
58456 Witten
Fon: 02302/932240
E-Mail: info@ergomeile.de
www.ergomeile.de



Volksleiden Arthrose

Was kann die regenerative Medizin leisten?

Gelenkschmerzen zählen neben Wirbelsäulenleiden zu den häufigsten Erkrankungen des Bewegungsapparates. Vielfach ist eine Arthrose die Ursache. Die Krankheit entsteht durch Abnutzung, also Verschleiß der Gelenke, und kann durch entzündliche Veränderungen beschleunigt werden. Im fortgeschrittenen Stadium bildet sich der Knorpel so weit zurück, dass Knochen auf Knochen reibt. Betroffene leiden teilweise unter nahezu unerträglichen Schmerzen und erheblichen Einschränkungen der Mobilität. Beides führt zu einer deutlichen Einschränkung der Lebensqualität. Prinzipiell kann jedes Gelenk eine Arthrose entwickeln. Am häufigsten betroffen sind jedoch Knie und Hüfte, aber auch Wirbelsäule, Hand und Fuß. Bislang schien die Erkrankung nicht heilbar. Innovative Behandlungskonzepte aus dem Bereich der regenerativen Medizin können den Verschleiß jedoch verlangsamen, die Entzündung unterbrechen und so den Schmerz lindern. Nicht selten lässt sich der Prozess aufhalten, ggf. kann sogar neuer Knorpel aufgebaut werden.



Dr. med. Jörg Thieme

Vier angewandte Heilverfahren

Die sog. regenerative Medizin (regeneratio = Neuentstehung) ist ein noch relativ junges Feld der Biomedizin. Sie verfolgt das Ziel, Beschwerdelinderung durch die Anregung körpereigener Regenerations- und Reparaturprozesse zu erreichen. Im Rahmen der Arthrosebehandlung sind hier vor allem PRP, die Therapie mit zellfreiem Eigenproteinserum sowie Hyaluronsäure zu nennen.

PRP (plättchenreiches Plasma) zählt zu den körpereigenen Verfahren und nutzt die Heilkraft der Wachstumsfaktoren im Blut, die sich im Plasma befinden. Dazu wird eine kleine Menge Eigenblut abgenommen und so lange zentrifugiert, bis sich das Serum vom Plasma löst. Das Plasma wird mit einer Doppelspritze abgetrennt und an die betroffene Stelle injiziert. Umgehend beginnen die Blutplättchen mit der Freisetzung von Wachstumsfaktoren.

Bei der Therapie mit zellfreiem Eigenproteinserum – ebenfalls ein körpereigenes Verfahren – werden durch eine spezielle Aufbereitungsmethode Proteine aus dem Patientenblut gewonnen und als individuelles Präparat verabreicht. Die Schutzproteine werden eingefroren und in den Folgemonaten in der Regel zweimal wöchentlich in das betroffene Gelenk injiziert.

Hyaluronsäure als natürlicher Bestandteil des Körpers sorgt für Schmierung und Druckverteilung in den Gelenken. Ihre Konzentration nimmt jedoch mit zunehmendem Lebensalter ab. Im Rahmen der Arthrosetherapie wird diese Substanz präzise in den betroffenen Gelenkraum injiziert, was die Gelenkflüssigkeit positiv beeinflusst und so zu einer besseren Beweglichkeit und Schmerzlinderung führen kann. Die regenerative Medizin kommt in aller Regel ergänzend zu den schulmedizinischen Methoden zum Einsatz. Aktuell ist sie nicht im Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen vertreten und muss daher privat in Rechnung gestellt werden.

Dr. med. Jörg Thieme, Facharzt für Orthopädie, Hattingen QR-Arthrose



Hier finden Sie ein ausführliches Erklärvideo zur biologisch-regenerativen Behandlung bei Arthrose.



Dein Lächeln ist unser Ziel!

Zahnmedizinische Fachangestellte (m/w/d) gesucht

- Sicherer Arbeitsplatz im universitären Umfeld
- Spannende Herausforderungen am Puls der Forschung
- Geregelte Arbeitszeiten ohne lange Mittagspausen
- Wertschätzendes und respektvolles Arbeitsklima

MEHR INFOS



Assistenz in der Zahnmedizin – ein Beruf mit Zukunft

Schlechte Bezahlung, viele Überstunden und eine hohe körperliche wie psychische Belastung – das sind die typischen negativen Stichworte, mit denen der Fachkräftemangel im Gesundheitswesen oft begründet wird. Berufe wie Medizinische:r Fachangestellte:r (MFA) und Zahnmedizinische:r Fachangestellte:r (ZFA) gehören aktuell nicht gerade zu den beliebtesten Ausbildungsberufen.

Innovative Ideen sind gefragt

Mit guten Rahmenbedingungen lasse sich hier aber erfolgreich gegensteuern, findet Dr. Frank Tolsdorf, kaufmännischer Leiter der Universitätszahnklinik an der Universität Witten/Herdecke. „Die Gehälter für Zahnmedizinische Fachangestellte haben zuletzt jedes Jahr zwischen 3 % und 6 % zugelegt – und diese Entwicklung wird so weitergehen“, da ist sich der Klinikleiter sicher.

Innovative Arbeitgeber setzen aber nicht nur auf das Gehalt, sondern geben auch weitere Angebote, um Personal zu gewinnen und langfristig zu halten: Altersvorsorge, Berufsunfähigkeitsversicherungen, Zuschüsse zur Mobilität in Form von ÖPNV-Tickets und Job-Fahrrädern sind die Klassiker unter den sogenannten Job-Benefits. Und die Universitätszahnklinik Witten/Herdecke legt noch einen drauf: Sport- und Yogakurse während der Dienstzeit helfen dabei, die Gesundheit langfristig zu erhalten, sodass alle gemeinsam ein langes und gutes Arbeitsleben haben können.

Respekt und Verlässlichkeit

„Natürlich bleibt der Fachkräftemangel im Gesundheitswesen auch uns nicht verborgen“, so Dr. Frank Tolsdorf. „Und trotzdem befinden wir uns als Universitätszahnklinik seit Jahren weiter im Wachstum.“ Etwa 170 Mitarbeitende beschäftigt die Universität Witten/Herdecke mittlerweile in der Zahnklinik, darunter rund 20 Auszubildende. Jedes Jahr werden 7 neue Ausbildungsplätze für angehende ZFAs vergeben.

„Ich glaube, die Menschen – egal, welcher Altersgruppe, ob Azubis, Fachkräfte oder ärztliches Personal – schätzen unsere Unternehmenskultur“, fasst Dr. Tolsdorf das Feedback aus der Mitarbeiterschaft zusammen. Denn neben dem Gehalt und attraktiven Zusatzleistungen ist der wichtigste Faktor für die meisten Beschäftigten ein gutes Arbeitsklima, das von Respekt und Verlässlichkeit geprägt ist. „Die berufliche Arbeit macht nun mal einen großen Teil unseres Lebens aus. Wir sollten alle zusammen versuchen, hier gemeinsam eine gute Zeit zu haben“, findet Dr. Tolsdorf. „Niemand sollte sich in dieser Zeit schlecht behandeln lassen. Wir pflegen hier in der Zahnklinik eine sehr gute Fehlerkultur und bewegen uns auf Augenhöhe miteinander.“

Außerdem kann die Zahnklinik mit Arbeitsbedingungen punkten, die in der Branche nicht unbedingt selbstverständlich sind: verlässliche Arbeitszeiten ohne lange Mittagspausen oder Überstunden, frei gestaltbare Urlaubszeiträume – und verschiedene interne Entwicklungsmöglichkeiten: „Für alle, die möchten, unterstützen wir eine Fortbildung zur Prophylaxeassistentin oder zur Dentalhygienikerin. Zusätzlich können wir auch den Kolleginnen, die aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr in der Assistenz arbeiten können, weiterhin Jobs anbieten. Diese verdienten Kolleginnen unterstützen dann in der Verwaltung, an der Anmeldung, im Studierendenkurs oder in der zentralen Sterilisation. Wir finden für alle einen Platz – unbefristet heißt bei uns wirklich bis zur Rente“, so Dr. Tolsdorf.

Die Universitätszahnklinik Witten/Herdecke ist nicht nur ein wichtiger Ort für Forschung und Lehre, sondern zugleich auch einer der größten Anbieter für zahnmedizinische Versorgung im Ruhrgebiet. In fünf Fachabteilungen wird das gesamte Spektrum zahnmedizinischer Behandlungen abgedeckt. Jedes Jahr werden über 20.000 Patientinnen und Patienten behandelt.

ob nah, ob fern, ob groß, ob klein
UMZÜGE
 durch Helmut Klein

sowie: Neumöbelmontagen,
 Küchenmontagen; Außenaufzüge und
 Aufzugsverleih; Möbellagerung; Klaviertransport;
 Wasserschadenbeseitigung und Müllentsorgung.

Nielandstraße 14-16, 58300 Wetter
 Tel.: 0 23 35 - 6 25 25 und 6 66 88
 info@umzuege-klein.de
 www.umzuege-klein.de

JUWELIER LÜTTGEN
 UHREN & SCHMUCK
 SEIT 1980

Goldankauf

Heggerstraße 11 45525 Hattingen
 TEL 02324-24453 FAX 02324-593281
 mail@juwelier-luettgen.de
 www.juwelier-luettgen.de

WOHNMOBIL-CENTER
 Am Wasserturm

Wir kaufen
 Wohnmobile + Wohnwagen

03944-36160
 www.wm-aw.de

Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!

- Fenster- und Türsicherung
- Einbruchmeldeanlagen Funk & Draht
- Brandmeldeanlagen Funk & Draht
- Schließanlagen / Zutrittskontrolle
- Elektroarbeiten

NEU 0 % Finanzierung und günstiges Leasing möglich
 für Privat und Gewerbe

Bebelstr. 19 · 58453 Witten
 Tel. (02302) 2781177
 me-sicherheit.de

5.000 Blumenzwiebeln

Die jährliche Blumenzwiebel-Sammelaktion des Wittener Stoffgeschäfts Naturtuche und der Stadtwerke Witten war auch dieses Jahr wieder ein voller Erfolg: 5.000 Blumenzwiebeln haben die Wittener seit Februar abgeben. „Danke an alle Spender! Den Erfolg wird man wieder sehen, nämlich, wenn im nächsten Frühjahr die Blumenzwiebeln anfangen zu blühen“, sagt Michael Kapmeyer, Inhaber von Naturtuche. Neben vielen privaten Spenden hat sich vor allem wieder das Gartencenter Dehner hervorgetan. Sie haben einen wesentlichen Anteil an den rund 30 Kilogramm Blumenzwiebeln.



Michael Kapmeyer (Naturtuche) und Isabell Ordon (Stadtwerke Witten)

Fußball-Europameisterschaft 2024

14. Juni bis 14. Juli - Spielplan und Sendezeiten



Großen Anklang fand das Public Viewing im Freibad Annen - die ersten drei Veranstaltungen waren restlos ausverkauft. Beim wackeligen 1:1 gegen die Schweiz litt allerdings etwas die Stimmung.

Zuschauermagnet Public Viewing im Freibad Annen

Genau den Geschmack der Wittener Fußballfans traf das Angebot der Stadtwerke, gemeinsam die Spiele der Deutschen Fußball-Nationalmannschaft im Freibad Annen zu gucken. Bei den ersten drei Public Viewings waren alle 300 Plätze bereits eine halbe bzw. eine Stunde vorher besetzt.

Am dritten Spieltag trat Deutschland gegen die Schweiz mit Anstoß Sonntagabend um 21 Uhr gegeneinander an. Wer geargwöhnt hatte, dass Schule oder Arbeit am nächsten Tag die heimischen Fußballfans von einem Besuch abhalten würden, sah sich eines Besseren belehrt. Die Fans strömten bereits ab 19 Uhr überwiegend in den weißen Nationaltrikots gekleidet auf die obere Liegewiese und belegten im Nu die Hälfte der Plätze. „Unser Empfinden ist, dass sich Witten über diese Veranstaltung hier sehr freut. Wir sind total aufgeregt und hoffen auf einen guten Verlauf“, so Jana Werner von SnL Event, das für die Veranstaltungstechnik verantwortlich zeichnete. Ihr Tipp: 3:0 für Deutschland. Optimistisch auch die Einschätzung von Klara (20), die extra aus Hattingen ins Freibad nach Annen gereist war: „Ich hatte von einer Kollegin von der guten Stimmung hier im Freibad gehört und hoffe auf einen schönen Abend. Ich tippe mal ein 2:1.“

Damit die Zeit bis zum Anstoß gut verging, standen einige Kickergeräte auf dem Gelände, die Fans konnten sich beim Torwandschießen vergnügen und der Moderator übte schon mal die La-Ola-Welle mit dem Publikum ein. Mit zwei Getränkeständen und einer Imbißbude war auch für das leibliche Wohl gesorgt. Währenddessen lief der Countdown auf der großen Leinwand Sekunde für Sekunde zurück... So ganz nach den Erwartungen der deutschen Fans war der Verlauf des Spiels dann bekanntlich nicht: In der 28. Spielminute überwand der Schweizer Dan Ndoye den deutschen Nationaltorhüter Manuel Neuer und schoss das 1:0. Bei diesem Spielstand blieb es bis zur Nachspielzeit, bevor Niclas Füllkrug mit dem Ausgleich auch die Fußball-Fans im Wittener Freibad erstmals jubeln ließ.

Halbfinale 1

Sieger VF 1 : Sieger VF 2
 DI 9. Juli 21 Uhr München

Halbfinale 2

Sieger VF 3 : Sieger VF 4
 MI 10. Juli 21 Uhr Dortmund

FINALE

Sieger HF 1 : Sieger HF 2
 SO 14. Juli 21 Uhr Berlin



75 Liter Eis. Melissa Jahnke, Sanierungsmanagerin, und Anne Rodenbusch, Planungsamt Stadt Witten, bei der Auswertung der Eisblockwette. Foto: Innovation City Management GmbH

Eisblockwette am Eselsmarkt

Wie wertvoll eine gute Isolierung für den Energiehaushalt eines Gebäudes ist, zeigte jetzt auch ein Experiment auf dem Eselsmarkt in Heven. Das Sanierungsmanagement im Energiequartier Heven-Ost/Crengeldanz befüllte dazu zwei kleine äußerlich identische Häuser, mit jeweils 200 kg Eis.

Top, die Wette gilt

Die beiden Modellhäuser unterschieden sich jedoch inhaltlich: während eines der beiden ohne jegliche Dämmung auskommen musste, war das zweite bis unters Dach isoliert. Es war demnach nur eine Frage der Zeit, bis die 200 kg Eis im nicht-isolierten Haus geschmolzen waren. Auch interessant, wie viel Eis sich dann noch in dem zweiten Haus befinden würde.

Das Sanierungsmanagement wollte es spannend machen und rief einen kleinen Wettbewerb aus. Wer sich beteiligte, sollte schätzen, wie viel Kilogramm Eis im isolierten Haus „überleben“ würden. Am 11. Juni stand das Ergebnis fest: Als sich alles Eis im ungedämmten Haus in Wasser verwandelt hatte, befanden sich noch 75 kg Eis, also rund ein Drittel der ursprünglichen Menge, im gedämmten Haus.

Fazit: Wie anschaulich durch die Eisblockwette bewiesen, spart ein gut gedämmtes Haus beträchtlich Energie. Allemal gut für den Geldbeutel und den Klimaschutz. Die vier Gewinner erhalten je einen Gutschein der Stadtwerke über 25 Euro. Alle anderen Teilnehmer können nach wie vor in der Sprechstunde am Donnerstag von der kostenlosen Energieberatung durch das Sanierungsmanagement im Quartier profitieren.

Seit 2022 ist Heven-Ost/Crengeldanz das Energiequartier der Stadt Witten. Ziel des Projektes ist die Reduzierung der CO₂-Emissionen. Eigentümer können sich an der Sprockhöveler Straße 28 unverbindlich, individuell und kostenfrei zu den Themen Energetische Gebäudemodernisierung, Fördermöglichkeiten und Kosteneinsparungen beraten lassen. Weitere Infos unter energiequartier@wittenhoc.de.

Top-Lauf/Freizeit-
Marken



NEU
 bei uns





Dr. Christine Trzaska ist gerne Unternehmerin. Sie wünscht sich mehr selbstbewusste Frauen im Beruf. Foto: privat

„Die Frauen müssen sich mehr trauen“

Dr. Christine Trzaska, IT-Unternehmerin, Landesverbandsvorsitzende Ruhrgebiet VdU

Dr. Christine Trzaska ist eine Hattinger Unternehmerin. Geboren 1959 im Sauerland, gründete sie IT-Service-Ruhr. Sie ist die Landesverbandsvorsitzende Ruhrgebiet vom Verband deutscher Unternehmerinnen (VdU). Der VdU vertritt seit 1954 als Wirtschaftsverband branchenübergreifend die Interessen von Unternehmerinnen. Seit fast 70 Jahren setzt sich der VdU für mehr weibliches Unternehmertum, mehr Frauen in Führungspositionen und bessere Bedingungen für Frauen in der Wirtschaft ein. Dr. Christine Trzaska sagt: „Bei meiner Promotion wollte ich mich auf das Wesentliche konzentrieren, das wissenschaftliche Arbeiten. Ich wollte keine Zeit mit Unwichtigem vergeuden. Gleichzeitig wollte ich professionelle Ergebnisse liefern. Fehlerfreie Texte: Ja! Doppelte und dreifache Tipparbeit: Nein! Meine Doktorarbeit auf einer Schreibmaschine zu schreiben hätte genau das bedeutet. 1986 habe ich meinen ersten PC gekauft.“

IMAGE: Sie sind im Sauerland geboren. Ihre Kindheit lag in den sechziger Jahren. Wenn Sie sich an diese Zeit erinnern - waren Sie ein typisches Mädchen oder wurden Sie so erzogen?

TRZASKA (lacht): Das hätte meine Mutter gerne gehabt, hat aber nicht funktioniert. Ich war naturverbunden und sportlich und daher gerne - auch mit Jungen - in den Wäldern unterwegs. Ich habe Karl May geliebt und wenn ich gelesen habe, dann war das nicht ein klassisches Mädchenbuch wie „Hanni und Nanni“, sondern tatsächlich eher ein Abenteuerroman. Ich habe noch einen Bruder und eine Schwester, bin aber die Älteste. Bereits in der Kindheit musste ich lernen, Verantwortung zu übernehmen. Es hieß: du passt auf deine Geschwister auf.

IMAGE: Nach dem Abitur ging es vom Sauerland in die Welt hinaus mit der Liebe für EDV und Zahlen im Gepäck?

TRZASKA: In die Welt hinaus ging es, ja. Münster, Heidelberg und Bochum waren meine nächsten Stationen. Aber die EDV hatte ich dabei noch nicht richtig im Blick. Ich habe Alte Geschichte, Ethnologie und Archäologie studiert mit dem Berufswunsch einer Karriere an der Universität. Ich war an Ausgrabungen beteiligt in Oberaden. Das Römerlager Oberaden in Bergkamen ist das größte römische Militärlager nördlich der Alpen. Meine Magisterarbeit habe ich damals noch auf der Schreibmaschine geschrieben, meine Doktorarbeit dann auf dem PC und meine Promotion habe ich mir als freiberufliche EDV-Dozentin finanziert. Ich habe mich damals darauf beworben und gesagt, ich kann das. Ich war davon überzeugt und es hat auch funktioniert. Ich konnte die Teilnehmer so sehr begeistern, dass sich alle nach kurzer Zeit einen PC kaufen wollten. Damals steckte das Thema Computer und Digitalisierung noch in den Kinderschuhen. Es wurde viel experimentiert und ich bekam immer mehr Spaß an dem Thema. Die Arbeitserleichterung, die dieses aus Sicht einer Althistorikerin „Teufelszeug“ mit sich brachte, war enorm. Innerhalb kürzester Zeit hatte mich diese Technik in ihren Bann gezogen. Die Programme wurden immer leistungsfähiger, es gab immer mehr Möglichkeiten, Arbeitsabläufe zu optimieren. Die Vorgaben meiner Auftraggeber ließen diese spannenden Felder immer weniger zu. Ich entschloss mich 1996 mein eigenes Unternehmen, die Firma IT-Service Ruhr, zu gründen. Das war noch in Bochum. 2008 zogen wir mit dem Unternehmen nach Hattingen. Hier bieten wir IT-Dienstleistungen rund um Microsoft Office für Unternehmen an.

IMAGE: Da ist die Althistorikerin aber in eine Männerdomäne vorgestoßen...?

TRZASKA: Das war so und in vielen Unternehmen mit dem sogenannten MINT-Schwerpunkt ist das immer noch so. Es gibt zwar sehr viele Bemühungen, in der Schule den Mädchen Fächer wie Mathe, Physik, Chemie und Wirtschaft näher zu bringen, doch spätestens nach der Schule enden diese Mühen meistens doch. Ich habe selbst erlebt, dass

ein Dozent mich in den Nebenraum zum Anwenderseminar für WORD schicken wollte, weil er nicht geglaubt hat, dass ich das Server-Seminar besuchen will. Ich wollte eben nicht nur Textverarbeitung lernen, sondern ich wollte dafür sorgen, dass das System läuft. Eine Taste zu drücken ist bei WORD oder am Server der gleiche Kraftaufwand. Aber es gibt heute auch Veränderungen. Bei Microsoft Deutschland gibt's die dritte Chefin hintereinander und das zeigt doch, Frauen können das mindestens so gut wie Männer. Im eigenen Unternehmen ist das Verhältnis von Frauen und Männern sehr ausgeglichen. Ich biete auch gerne Schülerpraktika an und wenn möglich, ist das für Mädchen immer eine Chance, sich mit dem Thema IT zu beschäftigen.

IMAGE: Es gibt aber immer noch zu wenig Frauen in Führungspositionen. Warum?

TRZASKA: Ich denke, Frauen trauen sich manche Dinge einfach nicht zu. Sie könnten es, aber die Hürde ist entweder in ihrem Kopf oder sie wird von außen gesetzt. Immer noch gibt es viele Situationen in der Erziehung und in der Bildung, wo man Mädchen sagt: du kannst das nicht. Deshalb sind Mädchen in gewerblich-technischen Berufen immer noch Mangelware. Allerdings muss man die Errungenschaften, die wir auf diesem Gebiet haben, auch in eine historische Relation setzen. Es gibt eine Fülle von Möglichkeiten und Förderungen, die Mädchen heute erfahren dürfen. Demgegenüber stehen Tatsachen wie das erste Frauenwahlrecht 1918, die Aufnahme einer eigenständigen bezahlten Arbeit ohne Zustimmung des Mannes 1958 und die erste Bankkontoeröffnung einer Frau ohne Zustimmung des Ehemannes 1962. Noch bis 1977 durfte eine Frau in Westdeutschland nur berufstätig sein, wenn es „mit ihren Pflichten in Ehe und Familie vereinbar“ war. Daran sieht man, so lange ist das alles noch gar nicht her und für diese Zeitspanne bis heute ist dann doch schon einiges erreicht worden.

IMAGE: Führen Frauen anders als Männer?

TRZASKA: Frauen führen zielorientiert und effizient. Frauen können oft sehr gut zuhören und bewahren sich ihre Empathie. Erfolgreiche Männer führen ähnlich wie Frauen. Insgesamt geht es zu oft darum, dass Männer Macht nicht aufgeben möchten. Wäre es anders, wären Teams bunter. Leistungsorientierter wären sie dann in jedem Fall. Dazu gibt es zahlreiche Studien.

IMAGE: Was raten Sie jungen Frauen heute in Sachen Berufsfindung und Berufstätigkeit?

TRZASKA: Mädchen und Frauen müssen sich mehr trauen. Und sie sollten sich nicht vom Schein blenden lassen, sondern lernen, hinter eine schöne Fassade zu schauen. *anja*

Kreislaufwirtschaft ohne Grenzen

Fehlende Biotonne in Bochum – Mögliche Zusammenarbeit mit EN-Kreis und der AHE

Wie ist es zu schaffen, aus dem Abfall das Optimum an Energie und Wertstoff herauszuholen? Und wie kann dabei eine Kooperation über die kommunalen Grenzen hinweg helfen? Diese Fragen standen im Mittelpunkt des Besuchs einiger Mitglieder der Ratsfraktion der Bochumer Grünen bei der AHE-Biovergärungsanlage in Witten. AHE-Geschäftsführer Johannes Einig erläuterte die Funktionsweise der Anlage und die Möglichkeiten, die Kreislaufwirtschaft weiter voranzubringen. Da staunten die Bochumer Grünen nicht schlecht: nur 1.528 Tonnen Bioabfall kamen 2022 in ihrer Stadt zusammen und landeten in der AHE-Biovergärungsanlage im benachbarten Witten. Der Ennepe-Ruhr-Kreis hingegen mit beinahe genauso vielen Einwohnern sammelte 24.332 Tonnen das Jahr darauf. Damit schöpfte der Kreis immerhin zwei Drittel des Bioabfall-Potenzials aus und verwertete ihn. Bochum hingegen kam nur auf ein Zwanzigstel seines möglichen Aufkommens.

Keine Biotonne in Bochum

Warum das so ist? Bisher konnten für die flächendeckende Einführung der Biotonne in Bochum keine politischen Mehrheiten gefunden werden. „Eigentlich muss nach der Bioabfallverordnung jede Kommune haushaltsnah Bioabfälle sammeln. Aber wenn es sich nicht wirtschaftlich darstellen lässt, darf sie auch darauf verzichten. Die Stadt Hagen beispielsweise verbrennt den gesamten Bioabfall im eigenen Müllheizkraftwerk“, erläuterte Johannes Einig. Dabei entgehen den Städten und Gemeinden enorme Potenziale zur Erzeugung von Energie und zur Produktion von hochwertigem Kompost. Einigs Lieblings-Beispiel: die Bananenschale. „Ein klassisches Wegwerfprodukt. Dabei steckt in einer einzigen Bananenschale die Energie für 36 Minuten Licht.“

Müll, Abfall? Nein, Wertstoff!

Überhaupt sei der Begriff „Abfall“ oder „Müll“ irreführend: „Lebensmittelreste und Grünschnitt sind doch Wertstoffe. Wir lassen ungeheure Mengen dieser Ressourcen ungenutzt.“ Dabei gebe es die Technik, aus dem Abfall im Sinne einer Kreislaufwirtschaft wieder ein Produkt herzustellen: Biogas zur Erzeugung von Strom und Wärme und Kompost für die Landwirtschaft. Man müsse nur die vorhandenen Mengen sammeln und verwerten, statt sie in den meisten Fällen schlicht zu verbrennen. Die Biovergärungsanlage der AHE in Witten verfügt über eine Kapazität von 60.000 Tonnen Bioabfall, die sie jährlich verarbeiten kann. Zwei Blockheizkraftwerke erzeugen mit dem aus der Vergärung des Abfalls gewonnenen Biogas klimaneutralen Strom für circa 3.500 Haushalte. Die dabei entstehende Abwärme wird anteilig für den betrieblichen Eigenverbrauch genutzt. Insgesamt vermeidet die Anlage jährlich rund 3.600 Tonnen klimaschädliches Kohlendioxid. Aus den Gärresten entsteht organischer Mehrstoff- und Humusdünger, in fester und flüssiger Form. „Der flüssige Dünger ist besonders effektiv, gelangt direkt bis zu den Wurzeln und ist komplett frei von Schwermetallen. Eine gute Alternative zur Gülle“, erläuterte der AHE-Geschäftsführer.

Fehlende „Wert-Schätzung“

Was sind denn nun die Hindernisse für mehr verwerteten Bioabfall, wollten die Besucher aus Bochum wissen. Oft sei es das fehlende Wissen über die vorhandene Ressource und die ausbleibende Wertschätzung für sie, antwortete Einig. „Biomüll ist ein Rohstoff. Wer das begreift, bekommt dazu einen anderen Bezug. Die Abfallberatung müsste deutlich intensiviert werden. Zu viele Bürgerinnen und Bürger wissen einfach nicht, was in die Biotonne gehört.“ Ratsfrau Martina Foltys-Banning von den Grünen pflichtete ihm bei: „Die Aufklärung müsste schon am besten im Kindergarten anfangen.“ Parteikollege Egbert Hornberg, Architekt und sachkundiger Einwohner im Bochumer Ausschuss für Planung und Grundstücke, brachte das Konzept der „nachgelagerten Sortierung“ ins Gespräch. Also Abfall gar nicht mehr trennen und erst im Nachhinein durch einschlägige Technik alle Stoffe sortieren. „Das funktioniert nicht“, erklärte Johannes Einig. „Es



ist technisch nicht befriedigend lösbar. Denken Sie nur an Papier: im Müll verdreckt und feucht. Das kann man nicht mehr für eine Verwertung herauslösen.“

Genügend Kapazitäten in Witten

Wenn denn nun beispielsweise Bochum mehr Bioabfall sammelte, könnte die AHE-Anlage den überhaupt bewältigen? So ging die abschließende Frage der Grünen an den Geschäftsführer. Darauf war er natürlich vorbereitet: „Sicher. Die Biogasanlage hier in Witten hat noch genügend Kapazitäten, und das Stadtgebiet Bochum grenzt direkt an unsere Anlage. Das ist ja auch die Idee: Vorhandene Möglichkeiten in der Region über die Grenzen der Kommunen hinaus nutzen und trotzdem kurze Wege einhalten. Und dadurch sowohl ökonomisch wie ökologisch Vorteile für alle erzielen.“ Die Bochumer Grünen stimmten zu und wollen in ihrer Stadt weiter dafür werben, mehr Bioabfall als Wertstoff zu sammeln.

Wir haben für fast alle(s) den passenden Container.



schnell, günstig & zuverlässig



innerhalb von 24 Stunden geliefert

 www.ahe.de/anfrage




AHE

Entsorgung sichern. Werte schaffen.

20 | Image 7/2024

Image 7/2024 | 21



Wenn das Smartphone Beziehungen gefährdet

Das Phänomen „Phubbing“, bei dem Menschen ihre Partner zugunsten ihrer Smartphones ignorieren, kann Beziehungen, Freundschaften und sogar das Sexuelleben negativ beeinflussen. Obwohl es erst seit kurzem erforscht wird, zeigen Studien bereits deutliche Zusammenhänge zwischen häufiger Smartphone-Nutzung und Unzufriedenheit in Partnerschaften.

Ursachen und Auswirkungen:

- Beziehungszufriedenheit: Personen, die ihr Smartphone oft in Anwesenheit ihres Partners nutzen, sind oft unzufriedener mit ihrer Beziehung. Umgekehrt fühlen sich die ignorierten Partner ebenfalls weniger zufrieden.
- Selbstwertgefühl: Häufiges „Phubbing“ kann das Selbstwertgefühl des ignorierten Partners beeinträchtigen und Misstrauen schüren. Dies führt oft zu Kontrolle und Eifersucht, wie das Überwachen von Nachrichten oder Surfgewohnheiten des Partners.
- Sexuelleben: Die Vernachlässigung durch Smartphone-Nutzung kann auch das Sexuelleben belasten und vermehrte Konflikte hervorrufen.

Forschung und Empfehlungen:

Die Gesundheitspsychologin Anne Milek von der Universität Witten/Herdecke untersucht in der Studie „eMotion“ die Auswirkungen von „Phubbing“ auf das tägliche Leben von Paaren. Ihre Forschung zielt darauf ab, die Dynamik zwischen Smartphone-Nutzung und Beziehungszufriedenheit besser zu verstehen, einschließlich der Art der konsumierten Inhalte.

Lösungsansätze:

- Um dem „Phubbing“-Teufelskreis zu entkommen, empfiehlt Milek:
- Kommunikation: Offene Gespräche über die Gefühle und Wahrnehmungen bezüglich der Smartphone-Nutzung sind wichtig.
- Absprachen: Paare sollten gemeinsame Regeln für die Smartphone-Nutzung aufstellen, die beiden guttun, z.B. keine Handys am Esstisch oder im Schlafzimmer.

Reflexion: Es ist sinnvoll, die Nutzung des Smartphones zu reflektieren und zu besprechen, wenn sie als störend empfunden wird.

Wenn Eltern mehr mit dem Handy beschäftigt sind...

Kinder leiden unter den negativen Auswirkungen, wenn Eltern zu viel Zeit am Handy verbringen. Eine Studie zeigt, dass jedes dritte Kind eifersüchtig auf das Smartphone der Eltern ist, was die familiären Bindungen und die Entwicklung der Kinder beeinträchtigt. Bei Babys können häufiger Fütter- und Einschlafstörungen auftreten, und die Sprachentwicklung verzögert sich, weil Eltern weniger mit ihnen sprechen. Grundschulkinder, deren Eltern oft abgelenkt sind, zeigen vermehrt Konzentrationsstörungen, mo-



torische Hyperaktivität, Übergewicht und ungesunde Ernährung. Psychologen warnen, dass Kinder, die wenig Aufmerksamkeit von ihren Eltern bekommen, später selbst unaufmerksam werden und das Gefühl entwickeln, dass ihre Bedürfnisse nicht wichtig sind. Dies kann zu einem erhöhten Risiko für Depressionen führen. Außerdem besteht eine erhöhte Verletzungsgefahr, wenn Eltern auf Spielplätzen oder in Schwimmbädern durch das Handy abgelenkt sind. Für Kinder sind Augenkontakt und Nähe essenziell. Sie möchten von ihren Eltern gesehen und gehört werden, besonders wenn sie etwas Neues lernen. Aufmerksamkeit, Anerkennung und Lob sind wichtig für die Bindung und die Entwicklung der Kinder. Fehlt diese, reagieren Kinder oft mit Weinen, Schmolzen, Ruhelosigkeit und Wutausbrüchen.

Roto Renovierungsfenster – Passt immer und überall



Komfort rauf, Energiekosten runter – mit dem Renovierungsfenster von Roto. Es passt immer, unabhängig vom bisherigen Dachfenster.

Und ist in nur wenigen Stunden eingebaut, ganz ohne lästige Folgearbeiten. Vormittags tauschen, nachmittags wohnen – Renovieren kann so einfach sein!



Dachfenster 1 zu 1 austauschen

Wir beraten Sie gern

AMLING
BEDACHUNGEN

Ihr **Roto**Profipartner

Thorsten Amling · Konrad-Adenauer-Str. 17a
58452 Witten · Telefon: 02302 59347
www.a-m-bedachungen.de



Thorsten Amling

Mit ROTO-Fenstern ist fast alles möglich!

Verwandeln Sie Ihr Zuhause mit einer Dachrenovierung

Es ist entscheidend sicherzustellen, dass Ihr Dach Ihr Zuhause effektiv vor Wetter schützt, Wärme speichert, Feuchtigkeitsschäden verhindert und die oberen Schichten trägt.

zeugt auch die hohe Materialqualität, Stabilität, Spaltmaße und Gesamteindruck. Eine geringe Einbauzeit für den Profi von dem auch der Auftraggeber profitiert.

Der Aufwand im Anschluss innen und außen ist deutlich geringer als bei anderen Vergleichsfenstern. Sehr anwenderfreundliche Bedienung und geringe Geräuschentwicklung beim Öffnen und Schließen der Fenster zeichnet die ROTO-Fenster aus.

Wohnsituationen und Dächer sind sehr unterschiedlich und fordern deshalb individuelle Lösungen. Hier bietet ROTO viele verschiedene Dachfensterlösungen an. Egal ob Gestaltungsspielraum oder das ganze Programm der Sicherheit oder beides. Aus diesem Grund hat der Dachfensterbauer seine Partner in die Entwicklung von ROTO miteinbezogen. Das hochwertig gefertigte Fenster entspricht nicht nur den Ansprüchen der Profis, sondern auch dem TÜV Rheinland.

Roto Dachfenster stellen sich dem Vergleich mit Wettbewerbsprodukten

Mir den drei Prüfkategorien Produktqualität, Montage- und Anwenderfreundlichkeit liegt es klar im vorderen Bereich. Hochwertige Materialien, ein ansprechendes Design, kurze Einbauzeiten sowie Ergonomie und gute Putzmöglichkeiten zeichnen die ROTO-Fenster aus. ROTO bietet ausschließlich deutsche Ingenieurskunst die für Zuverlässigkeit, Kontinuität, Qualität und Präzision steht.

Hohe Produktqualität und ansprechende Optik

Neben dem Erscheinungsbild von ROTO in Kunststoffqualität über-

Lassen Sie sich unverbindlich von mir, Ihrem Dachdeckermeister, Thorsten Amling, beraten!



Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!



- Fenster- und Türsicherung
- Einbruchmeldeanlagen Funk & Draht
- Brandmeldeanlagen Funk & Draht
- Schließanlagen / Zutrittskontrolle
- Elektroarbeiten

zertifiziert nach DIN EN 16763

Bebelstraße 19 · 58453 Witten
Tel. (02302) 2781177 • me-sicherheit.de



Steigende Einbruchszahlen

Sicherheitstechnik schützt in der Urlaubszeit

Für die meisten Menschen ist es der Albtraum schlechthin: Fremde steigen in den vermeintlich sicheren Bereich der eigenen vier Wände ein. Im vergangenen Jahr dürfte dieses Szenario wieder öfter Wirklichkeit geworden sein. Erste Zahlen aus den Bundesländern deuten darauf hin, dass die Fallzahlen teilweise deutlich gestiegen sind. In Nordrhein-Westfalen etwa lag 2023 die Zahl der Wohnungseinbrüche in den ersten zehn Monaten knapp 23 Prozent höher als im gleichen Vorjahreszeitraum. Umso wichtiger ist es, vor der kommenden Urlaubssaison an notwendige Sicherheitstechnik zu denken.

Richtig installierte Alarmanlage sorgt für Abschreckung
Häuser und Wohnungen, deren Bewohner offensichtlich abwesend sind, üben auf Einbrecher die größte Anziehungskraft aus. Um ihnen den Einstieg zu erschweren, spielen einbruchhemmende Fenster und Türen eine Rolle. Jedoch wird der Einbruchversuch nicht gemeldet. „Daher sollten mechanische Sicherungen um eine moderne Alarmanlage ergänzt werden, die bei einem Vorfall sofort die Notruf- und Serviceleitstelle alarmiert“, rät Carl Becker-Christian, Geschäftsführer des BHE Bundesverband Sicherheitstechnik e.V. Die wenigsten Einbrecher seien Profis, sie würden von einer Alarmanlage meist aufgehalten und abgeschreckt: „Dank moderner Sicherheitstechnik bleibt es bei der Hälfte der Einbrüche mittlerweile beim Versuch.“ Oft können die Täter sogar noch auf frischer Tat ertappt werden. Alarmanlagen haben zudem den Vorteil, dass sie die Bewohner beim Verlassen des Hauses auf Sicherheitslücken wie offene Fenster oder Türen hinweisen. „Damit eine Alarmanlage im Ernstfall fehlerfrei funktioniert, sind eine sachkundige Beratung, Planung und Montage durch eine Fachfirma unabdingbar“, so Becker-Christian. Fachfirmen für Sicherheit findet man etwa über eine PLZ-Suche auf dem neutralen Infoportal www.sicheres-zuhause.info. Die Experten erstellen ein unverbindliches Angebot, die Plattform klärt zudem über Schwachstellen von Wohnobjekten auf.

AB nicht besprechen und „Kletterhilfen“ wegräumen
„Hallo lieber Anrufer, Familie Müller ist drei Wochen am Gardasee, Nachrichten nach dem Ton.“ Solche Hinweise auf dem Anrufbeantworter sollte man tunlichst vermeiden, zudem den Briefkasten von Bekannten leeren lassen und Zeitungsabos unterbrechen. „Die Täter sollten auf dem Grundstück auch keine ‚Kletterhilfen‘ wie Leiter oder Gartenmöbel vorfinden“, rät Becker-Christian. „Grundstücke und besonders einbruchsgefährdete Stellen sollten mittels Bewegungsmeldern ausgeleuchtet werden, da Täter das Licht meiden. In Kombination mit verriegelten Fenstern und Türen sowie einer aktivierten Alarmanlage sorgt dies für beruhigende Sicherheit.“ *djd*



Sorgenfrei in den Urlaub!

- ✓ Vorhandene Alarmanlage „scharf“ stellen
- ✓ Nachbarn bitten, auf ihr Anwesen zu achten
- ✓ Leitern und Kletterhilfen wegschließen
- ✓ Fenster und Türen fest verriegeln
- ✓ Keine Abwesenheitsnotizen einrichten
- ✓ Zeitungsabonnements unterbrechen
- ✓ Post deponieren oder Briefkasten leeren lassen

Grafik: BHE • Foto: fotolia.com • www.bhe.de

Ein paar Vorkehrungen machen das Zuhause während des Urlaubs ein Stück weit sicherer. Foto: djd/BHE Bundesverband Sicherheitstechnik

Shampoo statt Tablet im Paket

Warnung vor Falschliefungen durch Online-Händler



Die Türklingel läutet und endlich ist das Paket da. Doch darin ist nicht etwa das bestellte Tablet, sondern eine Flasche Shampoo, eine Steckerleiste oder ein Set Buntstifte. Solche Szenarien sind keinesfalls erdacht, sondern kommen inzwischen immer häufiger vor, wie betroffene Verbraucher berichten. Derartige Falschliefungen sind nicht nur ärgerlich, sondern können auch arge Probleme bereiten. Denn Betroffene müssen den Versender erst einmal darüber informieren, dass nicht der Artikel geliefert wurde, den sie bestellt haben. „Das ist erst einmal eine ziemliche Zwickmühle für Verbraucher“, sagt Iwona Husemann, Juristin bei der Verbraucherzentrale NRW. „Denn die Ware kann ja nicht einfach kommentarlos zurückgeschickt werden. Im schlimmsten Fall würde dann der Kunde selbst als vermeintlicher Betrüger dastehen.“ Sie gibt Tipps, wie zu verfahren ist, wenn man falsche Ware erhält, und wie man sich absichern kann.

- **Schon beim Empfang aufmerksam sein**
Die Pakete werden inzwischen oft mit zahlreichen Informationen zum Versandstatus (Tracking-Informationen) begleitet. Daher wissen Kund:innen in der Regel, wann welche bestellte Ware bei ihnen eintrifft. Wenn man das Paket persönlich annehmen kann, sollte man unbedingt darauf achten, dass dies unbeschädigt und ordentlich verklebt ist. Natürlich können auch verschlossene Pakete falsche Ware enthalten. Daher sollte man ebenfalls auf das zu erwartende Gewicht und die Größe des Paketes achten. Stimmt etwas nicht, sollte dies noch im Beisein des Lieferdienstes angesprochen und geklärt werden. Eventuell kann das Paket noch im Beisein des Paketboten geöffnet werden.
- **Dokumentieren und Beweise sichern**
Lästig, aber hilfreich: Besteht der Verdacht auf Falschliefung, sollte das Öffnen des Paketes am besten per Video dokumentiert werden oder in Anwesenheit von Zeug:innen stattfinden. Zusätzlich empfiehlt es sich, den Paketschein als Beweis aufzubewahren, da auf diesem das Gewicht des Paketes vermerkt ist.
- **Sich zur Wehr setzen**
Wichtig bei einer Falschliefung ist, diese nicht einfach wieder an den Online-Shop zurückzuschicken. So kann es nämlich passieren, dass die Retourenabteilung annimmt, dass der Kunde beziehungsweise die Kundin die Ware vor dem Zurücksenden ausgetauscht hat. Daher sollten Betroffene sich sofort beim Kundenservice melden und explizit



- ✓ Wohnungsrenovierung
- ✓ Tapezierungen
- ✓ Anstrich
- ✓ Wisch- u. Spachteltechnik
- ✓ Bodenbeläge

Senioren-Service
Wir räumen für Sie Ihre Möbel aus und ein!

Auf Wunsch:
✓ Gebäudereinigungsservice
✓ Gardinen-Waschservice

Bogenstraße 31 · 45527 Hattingen
Tel: 023 24/43 88 69 • E-Mail: malerkohlmann@t-online.de



Öffnungs-, Beratungs- und Planungszeiten finden Sie auf unserer Homepage.

seit 20 Jahren

KüchenTreff Rensinghoff
Westfalenstraße 110 a · 58453 Witten
Telefon: 023 02-205160
www.kuechentreff-rensinghoff.de

Mieten oder kaufen?

Neuer Ratgeber der Stiftung Warentest hilft bei der Entscheidung



Deutschland ist Mieterland, dabei träumen die meisten Menschen vom Eigenheim – am besten ein Häuschen mit Garten, das auch ein Baustein zur Altersvorsorge sein kann. Aber lohnt sich diese Investition? Oder wäre es besser, zur Miete zu wohnen und das Geld anderweitig anzulegen? Ein neuer Ratgeber der Stiftung Warentest hilft bei den Überlegungen. Das 160 Seiten starke Buch rechnet vor, stellt Fragen,

gibt Tipps und hilft, sich für oder gegen so ein Riesenprojekt zu entscheiden. Ein Immobilienkauf ist für viele die größte Investition im Leben. Hohe Preise, gestiegene Zinsen – lohnt sich da ein Immobilienkauf überhaupt noch? Der neue Ratgeber „Mieten oder kaufen?“ der Stiftung Warentest hilft bei Orientierung und Entscheidungsfindung. Er stellt Vor- und Nachteile eines Kaufs übersichtlich und verständlich dar.

Es hilft der Online-Rechner

Mit dem Onlinerechner von Finanztest können Interessierte alternativ auch die Rendite berechnen, wenn sie weiter zur Miete wohnen und ihr Geld am Geldmarkt investieren. Unter der Überschrift „Vorsicht – Schönfärberei!“ geht es beispielsweise warnend um die blumigen Versprechen von Maklerprofis, Finanzierern oder Verkäuferinnen von Bauunternehmen. Im Kapitel „Rosarote Brille runter!“ erfahren Leser viel Wissenswertes über die Verzerrung harter wirtschaftlicher Daten, zum Beispiel in Sachen Kreditrückzahlung. Ist die Entscheidung für einen Kauf gefallen, finden Sie hier die besten Finanztest-Empfehlungen, wie sie einen günstigen Kredit finden und die passende Finanzierung erstellen. Der Ratgeber „Mieten oder kaufen?“ hat 160 Seiten und ist für 22,90 Euro im Handel erhältlich sowie online unter www.test.de/mieten-oder-kaufen.

auf die Falschliefung hinweisen. Dort können die Mitarbeiter:innen dann eine Notiz für die Retoure vermerken. Stellt sich der Onlinehändler trotzdem quer, sollten sich Verbraucher:innen rechtlichen Rat einholen und gegebenenfalls Strafanzeige gegen Unbekannt erstatten. Die Chancen stehen hier für Betroffene gut, da der Händler hier in der Pflicht ist. Für eine Erstberatung stehen die Beratungsstellen der Verbraucherzentrale NRW zur Verfügung. Weiterführende Infos und Links:

- Mehr zum richtigen Retournieren: www.verbraucherzentrale.nrw/node/60722
- Muss ich in der Originalverpackung zurückschicken? www.verbraucherzentrale.nrw/node/28096
- Alles rund ums Online-Shopping: www.verbraucherzentrale.nrw/onlineshopping



Benking & Gibis GmbH

Elektroinstallationen
Nachtspeicher-Steuerungsbau
Nachtspeicherheizungen
Fußbodenheizungen
Satelliten-Anlagen
Beleuchtungstechnik
Netzwerk-Anschlüsse und -Anlagen
Photovoltaik-Anlagen
Blitzschutz-Anlagen

Elektro Benking & Gibis GmbH
Wittener Bruch 43 · 58453 Witten
Telefon 023 02/84950
Telefax 023 02/91 28 64
info@elektro-benking-gibis.de

WIR SIND DIE EXPERTEN FÜR ALLES, WAS GEKÜHLT WERDEN MUSS



❄️ KÜHL
❄️ KALT
❄️ KÄLTER

FÜR JEDEN PRIVATRAUM UND JEDES GEWERBE DIE OPTIMALE LÖSUNG



KÄLTE SCHRADER KLIMA

Besuchen Sie unsere neue Ausstellung!

Ardeystraße 70 a | 58452 Witten | Tel.: 0 23 02 - 1 80 08
info@kaelte-schrader.de | www.kaelte-schrader.de

SERVICE

- Inspektion nach Herstellervorgabe
- Reparaturen aller Art
- Hauptuntersuchung (HU)
- Kia Original Batterie mit 3 Jahren Garantie
- Unfallinstandsetzung
- Zubehör
- Montage



Autohaus Bentrop GmbH
20 JAHRE
KIA

Unsere Werkstatt bleibt für Sie geöffnet!
Mo.-Fr. 9-18 Uhr · Sa. 9-14 Uhr
Oberscheidstr. 12 · 44807 Bochum
Tel. 02 34 / 9 53 60 36 · Fax 54 11 06
info@kia-bentrop.de



7 JAHRE GARANTIE
KIA QUALITÄTSSCHNITTSTRECKEN

Stellplätze für Wohnmobile? Neue Tempo-Anzeigen

Die Stadt Witten möchte für den Tourismus attraktiver werden. Aus touristischer Sicht gehören unbedingt auch Wohnmobilstellplätze, deren Fehlen immer wieder bemängelt wird, zu einem guten Angebot. Ratscherr Holger Jüngst (SPD) hat daher gemeinsam mit seinem Fraktionsvorsitzenden Dr. Uwe Rath und dem Sachkundigen Bürger Heinz-Jürgen Viehmeyer einen Antrag auf den Weg gebracht, den auch die anderen Fraktionen im Fachausschuss mehrheitlich unterstützt haben. Daher prüft die Stadtverwaltung nun, ob es in unserer Stadt eine Lücke zwischen Angebot und Nachfrage in diesem Bereich gibt - und wie diese gegebenenfalls geschlossen werden könnte.

Kein großer Aufwand

„In Witten gibt es sicherlich geeignete Plätze, die aufgrund ihrer Lage attraktiv für eine solche Nutzung wären“, unterstreicht Heinz-Jürgen Viehmeyer. Holger Jüngst kann da nur zustimmen: „Es müsste ja noch nicht einmal ein großer Aufwand betrieben werden, um eine solche Fläche einzurichten.“ Für den Einstieg wäre es aus seiner Sicht ausreichend, einfach einen Platz für „Autarkes Stehen“ zur Verfügung zu stellen - einen vorhandenen Parkplatz, eine ebene Wiese oder eine geschotterte Fläche ohne Infrastruktur.

Die drei SPD-Politiker rufen grundsätzlich die Fläche auf dem Gelände des ehemaligen Klärwerks an der Ruhr in Heven in Erinnerung: „Für diese war früher schon mal eine Nutzung durch Wohnmobile angedacht.“ Durch das benachbarte Schleusenwärterhaus der Wabe sowie durch zahlreiche Spaziergänger und den Radverkehr wäre dort auch eine soziale Kontrolle gegeben: „Möglicherweise könnte die Wabe sogar eine niedrigschwellige Betreuung dieser Plätze übernehmen“, betonen sie und haben diese Anregung der Stadt gleich mitgeliefert.

Saarländer tanken günstig

Das Saarland ist derzeit das Bundesland mit den niedrigsten Preisen an den Zapfsäulen. Die aktuelle ADAC Auswertung der Kraftstoffpreise in den 16 Bundesländern zeigt, dass ein Liter Super E10 im kleinsten deutschen Flächenland 1,748 Euro kostet - so billig ist Benzin derzeit in keinem anderen Bundesland. Auch für Diesel-Fahrer ist das Saarland momentan am günstigsten: der Preis für einen Liter Diesel liegt im Schnitt bei 1,644 Euro. Auf den jeweils zweiten Plätzen liegen bei Super E10 Berlin mit 1,752 Euro je Liter und bei Diesel Rheinland-Pfalz mit 1,645 Euro. Am teuersten ist der Sprit derzeit in Bremen und Sachsen.

Der ADAC empfiehlt Autofahrern Sparmöglichkeiten beim Tanken konsequent zu nutzen. Dazu gehört, vergleichsweise preiswerte Tankstellen zu günstigen Tankzeitpunkten anzusteuern. In der Regel ist das beste Zeitfenster dafür zwischen 19 und 20 Uhr sowie zwischen 21 und 22 Uhr, dann sind die Preise im Tagesverlauf am niedrigsten. Morgens kurz nach 7 Uhr ist Kraftstoff dagegen an fast jeder Tankstelle um mehrere Cent teurer. Behilflich beim Preisvergleich ist die Smartphone-App „ADAC Drive“. Weitere Informationen zum Kraftstoffmarkt und aktuelle Preise gibt es zudem unter www.adac.de/tanken.

Autofahrer für ihr gefahrenes Tempo zu sensibilisieren und damit letztlich die schwächsten Verkehrsteilnehmer zu schützen - darum geht es bei den Geschwindigkeitsanzeigen, die in Witten bald an sechs Standorten zu finden sind.

Während diese Geschwindigkeitsanzeigen an der Vormholzer Straße und der Rüsbergstraße schon länger installiert sind, werden aktuell vier weitere Displays in Witten aufgestellt: gegenüber den Kindertagesstätten an der Bergerstraße und der Herdecker Straße, in der Nähe des Sportzentrums und der Grundschule Rüdighausen an der Brunebeckerstraße (Höhe In der Dickete) und an der Ruhrstraße etwa gegenüber dem Café del Sol. Hier ist zum Schutz der Radfahrerinnen und Radfahrer ebenfalls eine Tempo-30-Zone eingerichtet.

Wer künftig an diesen Stellen zu schnell unterwegs ist, wird durch die angezeigte Geschwindigkeit und mit einem roten Smiley auf die Überschreitung aufmerksam gemacht. Wer die zulässige Geschwindigkeit einhält, wird dagegen mit einem grünen Smiley „belohnt“. So sind die Displays eine freundliche Lösung für nachweislich mehr Sicherheit im Straßenverkehr.



Geschwindigkeitsanzeige
Foto: Stadt Witten, Eike Zengertle

Fast 220.000 Kilometer

Stadtradler haben Vorjahresergebnis übertroffen

Exakt 1.144 Wittener in 57 Teams haben vom 1. bis zum 21. Mai fast 220.000 Kilometer zurückgelegt. Im vergangenen Jahr waren es knapp 170.000 km. Fünf Teams haben in diesem Jahr fünfstelligen km-Zahlen erradelt.

Bester Einzelfahrer legte 1847 km zurück

Die Radverkehrsbeauftragte der Stadt, Sophia Bröker, zeichnete die Teams der besten Schulen, der besten Grundschulen, Teams und Einzelfahrer aus. Mit 301 Radelnden und insgesamt über 32.000 km war die Rudolf-Steiner-Schule die radaktivste Schule mit dem größten Team und den meisten geradelten Kilometern. Bei den Grundschulen hatte die Brenschenschule mit 61 Radelnden und über 7.800 km die Nase vorn. Als bester Einzelfahrer wurde Janus Popanda aus dem Team Ardex ausgezeichnet. Er legte in den drei Wochen stolze 1.847 km zurück. Bestes Team wurde „Stein in Form“. Dank der Unterstützung der Stadtwerke Witten, Ostermann, der Sparkasse Witten, Ebis Fahrradservice, der Wabe und der Füllbar konnten sich die jeweils ersten drei Plätze über einen kleinen Gewinn freuen.

Alle Ergebnisse stehen unter www.stadtradeln.de/witten. hl

Lärmaktionsplan bis zum 14. Juli beteiligen

Schon ab 60 Dezibel kann Lärm das Gehör beeinträchtigen sowie Stress und Herz-Kreislauf-Erkrankungen verursachen. Daher sind die Kommunen daran interessiert und auch gesetzlich verpflichtet, Lärmaktionspläne zu erstellen. Diese beinhalten konkrete Maßnahmen wie zum Beispiel Geschwindigkeitsbegrenzungen oder andere Verkehrsführungen.

11 Hotspots mit zu hoher Lärmbelastung

Bürgerinnen und Bürger können sich bis einschließlich 14. Juli am Entwurf des Lärmaktionsplans der Stufe 4 der Stadt Witten beteiligen. Im Vorfeld wurde im vergangenen Jahr unter anderem eine groß angelegte Verkehrszählung an stark von Lärm betroffenen Straßenzügen an Hauptverkehrsstraßen mit einem Verkehrsaufkommen von über drei Millionen Kraftfahrzeugen pro Jahr durchgeführt. So wurde an insgesamt 39 größeren Kreuzungen im Wittener Stadtgebiet, beispielsweise am Ruhrdeich oder am Marienhospital, Verkehrsströme und -stärken gemessen. Zudem lieferten Radargeräte weitere Daten etwa zur Geschwindigkeit. Im Ergebnis wurden 11 Hotspots an dicht besiedelten Straßen identifiziert, die eine zu hohe Lärmbelastung aufweisen, darunter Crengeldanzstraße, Ruhrstraße und Husemannstraße.

Für diese Hauptverkehrsstraßen wurden nun verschiedene Maßnahmen zur Lärminderung erarbeitet, zum Beispiel die Reduzierung der Höchstgeschwindigkeit von 50 auf 30 km/h oder auch der Ausbau der Radverkehrsinfrastruktur. Über das Portal mobigator.de/lap-witten/, das freigeschaltet ist, können sich Interessierte über diese Maßnahmen informieren und sind dazu eingeladen, Stellungnahmen und Anregungen zum Lärmaktionsplan abzugeben.

Die eingegangenen Stellungnahmen werden geprüft und gegebenenfalls in den Entwurf eingearbeitet, bevor der Lärmaktionsplan im Herbst 2024 vom Rat der Stadt Witten beschlossen wird. Die Arbeit ist im Übrigen nie abgeschlossen: 2029 wird der Lärmaktionsplan weitergeschrieben hl

Mietwagen sicher buchen

Mietwagen für den Urlaub sind im Vergleich zum Vorjahr preiswerter und die Verfügbarkeit ist in den meisten Urlaubsländern auf Niveau vor der Pandemie. „Trotz der moderaten Preise sollte man beim Preisvergleich nicht auf eines der vielen Lock-Angebote vertrauen“, rät Tobias Ruoff, Geschäftsführer der ADAC Autovermietung.

Tipps der ADAC Autovermietung: Der Miet-Vertrag wird nicht mit Online-Portalen, sondern immer direkt mit dem Vermieter vor Ort geschlossen. Wichtig ist auch der Versicherungsschutz. Bei der ADAC Autovermietung gibt es immer einen „echten“ Vollkaskoschutz ohne Selbstbeteiligung direkt vom Vermieter. Im Schadenfall muss sich der Kunde um nichts kümmern und auch nichts vorstrecken. Dieser Unterschied zwischen den Versicherungsangeboten ist auf den ersten Blick in den Portalen meist nicht zu erkennen, sondern steht erst in den AGBs, die der Kunde genau studieren sollte. Wer seinen Mietwagen vorab bei einem deutschen Vermieter oder Vermittler wie zum Beispiel der ADAC Autovermietung bucht, muss sich nicht vor Ort durch oft unverständliche Vertragsbedingungen quälen. Am Ende der Mietwagenbuchung sollte der Gesamtpreis mit allen Versicherungen und Gebühren ausgewiesen sein. Ist dies nicht der Fall, muss der Mieter bei Versicherungsabschluss vor Ort mit teils hohen Zusatzkosten rechnen. Genau aufpassen muss man auch bei den Kilometern, die man fahren darf. Unbegrenzte Kilometer sind bei der ADAC Autovermietung im Ausland Standard. Extras wie Kindersitze oder Navigationsgerät sollten vorab gebucht werden. Ganz wichtig: bei der Fahrzeugabholung sollte penibel auf Vorschäden geachtet werden. Sind diese nicht im Übergabeprotokoll vermerkt, muss der Mieter darauf bestehen, dass sie eingetragen werden. Ebenso sollte man bei der persönlichen Rückgabe darauf achten, dass das Fahrzeug auf Schäden geprüft und das Ergebnis schriftlich festgehalten wird.



Kfz-Meisterbetrieb

Bodenborn 32
58452 Witten-Bommern
Tel. 0 23 02 / 3 03 13
Fax 0 23 02 / 39 03 19
www.kfz-technik-sittart.de

Seit 50 Jahren!

Ihr kompetenter Partner bei Problemen rund um Ihr Fahrzeug!

AU täglich – HU Prüfstützpunkt TÜV Rheinland



Haben Sie Probleme mit Ihrem Fahrzeug? Bei uns ist Ihr Auto in den richtigen Händen!

Hans-Böckler-Straße 1 - Ecke Herbeder Straße
Telefon & Fax 0 23 02 / 5 15 65 + 27 50 86



more
Mehr gebrauchte Reparatur-Gitarren



GIESSELBACH
Autolackiererei

- Kostenloser Hol- + Bringdienst
- Hagelschadenzentrum
- seit Sommer 2008
- in Zusammenarbeit mit Global Mail
- Smart-Repair
Ausbeulen ohne Lackieren
- Dekra geprüfte
Fachwerkstatt für
Unfallinstandsetzung
- im Kaskofall kostenloser
Leihwagen
- von Standex ausgezeichnete
Fachbetriebe
- Wohnmobil- + Fahrzeug-
aufbereitung

14 Jahre in Folge Werkstatt Ihres Vertrauens.

58455 Witten • Tel.: 0 23 02 / 2 30 - 32
www.autolackiererei-gieselbach.de **Cörmannstr. 16**



MECKE MOTORSERVICE

**KFZ-MEISTERBETRIEB
KAROSSERIE-FACHBETRIEB
AUTOLACKIEREREI**

- Karosserie-Fachbetrieb
- Fahrzeugtechnik
- Fahrzeuelektrik
- Autolackiererei
- Klimaanlage-Service für Neu- und Gebrauchtwagen
- Automatikgetriebeservice & -spülung

(Mercedes Benz 7G BMW/V.A.G. SDG ETC)

Frankensteiner Str. 22 • 58454 Witten (nahe TÜV) • Tel.: 0 23 02 / 91 21 91



Eine Zecke der Art „Gemeiner Holzbock“ neben einem Finger. Die bekannteste Zeckenart in Deutschland ist der Gemeine Holzbock, der für den Großteil der Zeckenstiche hierzulande verantwortlich ist.

Zecken: Gesundheitsgefährdende Plagegeister

Weltweit gibt es über 900 verschiedene Zeckenarten und einige von ihnen kommen auch in Deutschland vor. Dazu zählen ausgefallene Arten wie die Igelzecke, die Schafzecke, die Taubenzecke oder auch die Braune Hundezecke. Am bekanntesten sind jedoch der Gemeine Holzbock und die Auwaldzecke. Die Hyalomma-Zecke hat erst in den vergangenen Monaten große Bekanntheit erlangt, nachdem sie vermehrt in Deutschland aufgetaucht war. Die wichtigsten Fakten über Zecken und wie man sich vor den kleinen Blutsaugern schützen kann, lesen sie hier.

Vorsorgemaßnahmen gegen Zecken

Wer sich in der Natur bewegt, sollte unbedingt Vorsorgemaßnahmen treffen, um einen Stich von einer der aufgeführten Zeckenarten zu vermeiden. Lange Kleidungsstücke können Zecken genauso von der Haut fernhalten wie festes Schuhwerk und das Ziehen der Socken über die Hose. Auf heller Kleidung lassen sich die Spinnentiere zudem be-

sonders gut entdecken und so rechtzeitig entfernen. Ebenfalls hilfreich können insektenabweisende Sprays mit DEET, Picaridin oder Icaridin sein. Behandeln Sie Ihre Kleidung und Ausrüstung (wie Stiefel, Hosen, Socken und Zelte) mit Permethrin, das Zecken abtötet und abwehrt. Permethrin-behandelte Kleidung kann mehrmals gewaschen werden und bleibt trotzdem wirksam. Suchen Sie Ihren Körper und den Ihrer Kinder regelmäßig nach Zecken ab, besonders nach Aufenthalt im Freien. Achten Sie besonders auf versteckte Stellen wie die Kopfhaut, hinter den Ohren, in den Achselhöhlen, Leisten und Kniekehlen.

Vor der FSME-Infektion kann man sich zudem auch durch Impfen

schützen.

Falls es passiert ist: Verwenden Sie eine spitze Pinzette oder ein spezielles Zeckenentfernungswerkzeug. Vermeiden Sie den Einsatz von Hausmitteln wie Öl, Nagellack oder Feuer. Greifen Sie die Zecke so nah wie möglich an der Haut mit der spitzen Pinzette. Vermeiden Sie es, den Körper der Zecke zu quetschen und ziehen Sie die Zecke langsam und gleichmäßig nach oben heraus. Desinfizieren Sie die Bissstelle mit Alkohol.

Wenn Symptome wie Fieber, Kopfschmerzen, Hautausschlag oder grippeähnliche Beschwerden auftreten, sollten Sie umgehend einen Arzt aufsuchen. Informieren Sie den Arzt über den Zeckenstich.

Zeckenarten in Deutschland

Der Gemeine Holzbock

Die in Deutschland am häufigsten auftretende Zeckenart ist der Gemeine Holzbock (*Ixodes ricinus*). Sie ist nicht nur für den Großteil der Zeckenstiche in Deutschland verantwortlich, sondern kann dabei auch noch gefährliche Krankheitserreger wie die Borreliose-Bakterien oder die Frühsommer-Meningoenzephalitis-(FSME-)Viren übertragen. Der Gemeine Holzbock ist nicht nur im Sommer aktiv, sondern bereits, wenn an mehreren aufeinanderfolgenden Tagen die Temperatur über 7 Grad steigt. Da die warme Jahreszeit inzwischen immer früher anfängt und länger dauert, sind auch Zecken länger aktiv. Zeckenvorsorge ist also ganzjährig wichtig.¹

Die Auwaldzecke

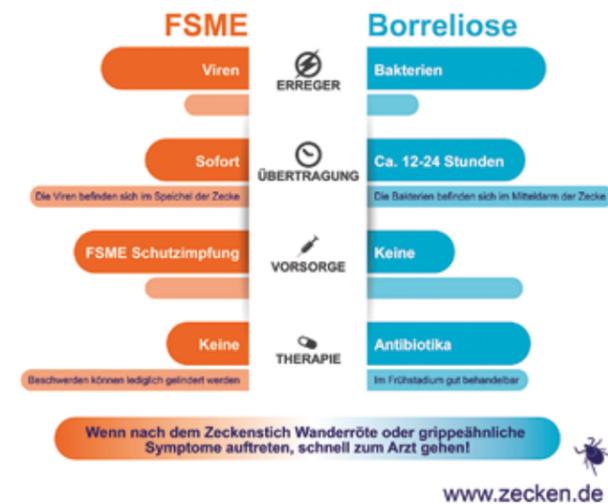
Eine weitere in Deutschland auftretende Zeckenart ist die Auwaldzecke (*Dermacentor reticulatus*). Sie kommt vor allem im östlichen und südwestlichen Deutschland vor und bevorzugt sonnige Flächen mit vielen Büschen und Bäumen, wie lichte Wälder, Wiesen und Waldlichtungen. Im Gegensatz zum Gemeinen Holzbock bevorzugt die Auwaldzecke die kalte Jahreszeit, sie ist sogar im Januar und Februar regelmäßig aktiv und dafür in den Sommermonaten eher selten zu entdecken.² Die Auwaldzecke ist vor allem für Haustiere gefährlich, da sie ein Überträger von Babesiose, der sogenannten Hundemalaria, ist.

Die Hyalomma-Zecke

Erst seit kurzem fühlt sich auch die Hyalomma-Zecke in Deutschland und Mitteleuropa heimisch, sie war bisher vor allem in Afrika anzutreffen. Erste Funde dieser Zeckenart gab es bereits 2015 und 2016. Wissenschaftler vermuten, dass sie nun über Zugvögel vermehrt nach Europa gelangt ist.³ Die Hyalomma-Zecke unterscheidet sich optisch vor allem durch ihre auffällig gestreiften Beine und ihre Größe von anderen Zecken, so ist sie rund fünfmal größer als der Gemeine Holzbock.⁴ Sie ist besonders gefürchtet, weil sie ihre potenziellen Wirte aktiv jagt und ihnen bis zu zehn Minuten lang und über eine Distanz von bis zu 100 Metern folgt. Außerdem ist sie Überträger des Krim-Kongo-Fiebers.



Wie unterscheiden sich FSME und Borreliose?



Quellen:
 1 zecken-radar.de: Gemeiner Holzbock (letzter Zugriff am 26.06.2019).
 2 zecken-radar.de: Auwaldzecke (letzter Zugriff am 26.06.2019).
 3 Brugger K et al. Experimental and Applied Acarology 2018; 75/3; doi: https://doi.org/10.1007/s10493-018-0267-6
 4 geo.de: Neue tropische Zecken in Deutschland: Wie gefährlich sind sie – und wie können wir uns schützen? (letzter Zugriff am 26.06.2019).

Brunebecker Bach schlängelt sich jetzt an Ginnemann Kotten vorbei



Seit unzähligen Jahren kannte der Brunebecker Bach nur eine Richtung: immer nur geradeaus am Ginnemann Kotten vorbei. Damit er sich aber zukünftig über eine angrenzende Wiese schlängelt, setzten die fleißigen Vereinsmitglieder des Ginnemann Kotten e.V. in Rüdighausen Bagger und Schaufel ein und gruben ihm ein neues Bett. Für die Aktion waren biologische Gründe und der Hochwasserschutz ausschlaggebend.

Der Bach selber zählt als Emschergewässer und kommt vom Schnee Weg ins Brunebecker Tal. Ursprünglich gehörte er zu einer Mühle, die vor langer Zeit oberhalb des Geländes an der Erbstollenstraße gestanden hatte, erklärt Diplom-Biologe und Bauleiter Klaus Engelberg, der maßgeblich und ehrenamtlich in dem Projekt eingebunden ist. Das Ziel lautet mittel- bis langfristig, das gesamte Brunebeckertal bis hin zum Schnee Weg zu renaturieren.

Im ersten Schritt sollte daher der Bachverlauf über die hinter dem Kotten liegende Wiese führen. Das bedeutete, die Nachbarn zu überzeugen, sich - schweren Herzens - von dem alten Bachlauf zu trennen und nicht mehr jeden Tag das geliebte Plätschern des Wassers zu hören. Auf der Habenseite steht für die Nachbarn jetzt eine deutlich niedrigere Hochwassergefahr.

Der Bach sollte, so der Plan, auf der Wiese dann nicht mehr geradeaus fließen, sondern sich schlängeln, um Abschnitte mit einer unterschiedlichen Fließgeschwindigkeit zu bekommen, damit sich eine deutlich vielfältigere Pflanzen- und Tierwelt entwickeln kann. „Das Grundstück hat nun eine Größe, um als ökologischer Entwicklungsschwerpunkt in die Umgebung auszustrahlen“, so der Biologe.

Der große Tag des Durchstichs: der Brunebecker Bach nimmt jetzt seinen Weg über eine Wiese.

Foto: Ginnemann Kotten



Schlechtes Wetter verzögerte die Arbeiten

Die Arbeiten zur Verlegung des Bachlaufs begannen Anfang Dezember letzten Jahres. Schlechtes Wetter verzögerte den Umbau, während die Kosten beträchtlich stiegen. Die Hauptarbeiten übernahm ein Bagger. Da, wo er nicht hinkam, musste die Uferbefestigung in Handarbeit gelöst werden. Durch den neuen Verlauf, hat sich die Länge des Baches um 25%, also ungefähr um 100 m erhöht.

Das vorhandene Substrat wurde weiterverarbeitet, um nicht Krankheiten zu übertragen. Die angrenzende Wiese säten die fleißigen Helfer mit einer Grassorte ein, die auch den Schafen schmeckt, die dort grasen sollen. „Nebenan wird auch eine Obstwiese entstehen“, so Marc Junge, der als 1. Vorsitzender seit Jahren den Wiederaufbau des Ginnemann Kottens voran treibt.

„Am Anfang bestimmte die Baggerschaufel den Weg, danach macht der Bach es selbst. Wir werden bald Teich- und Bergmolche und auch den Bachflohkrebs als Blätterzerkleinerer sehen. Sie fangen, was der Bach mit sich führt“, freut sich Biologe Klaus Engelberg über den Bach, dem seine Natürlichkeit zurückgegeben wurde. dx

Foto oben: Der Brunebecker Bach schlängelt sich jetzt hinter dem Ginnemann Kotten über eine Wiese. Bauleiter Klaus Engelberg und Vorsitzender Marc Junge begutachten die Baustelle.

Bommerholzer Baumschulen

Der Sommer ist da!

Jetzt unser blühendes Sortiment an Stauden, Beet- und Balkonpflanzen sowie Rosen- und Ziersträuchern pflanzen! Große Sortenauswahl an Container-Obstbäumen!

Die Containerbaumschule mit Qualität und fachlicher Beratung!

Bommerholzer Str. 98 • 58456 Witten-Bommerholz
 Tel.: 0 23 02/ 66 05 0 • Fax: 0 23 02/7 13 30 • Mo.-Fr. 8-18 Uhr • Sa. 8-14 Uhr
 Internet: www.bommerholzer-baumschulen.de



...mehr als NUR Steine!



Natursteinbrüche Bergisch Land

...für Haus und Garten

- Terrassenplatten aus Stein
- Pflastersteine und Palisaden
- Mauersteine und Felsen
- Gabionen, Brunnen und Deko...

www.natursteinbrueche.de

Natursteinbrüche Bergisch Land GmbH, Hahnenfurth 5, 42327 Wuppertal • Fon +49 20 58 78 26 90

PV Triathlon: Projekt „Von Null auf Triathlon“ erfolgreich

Anfang Januar bot der PV Triathlon TG Witten wieder sein Projekt „Von Null auf Triathlon“ als Einstieg in den Dreikampf Schwimmen – Radfahren – Laufen an. Der Erfolg beim ersten Wettkampf in Oelde spricht für sich.

Große Resonanz auf Anfängerkurs

Schon bei der Infoveranstaltung am 11. Januar zeichnete sich ab, dass der diesjährige Kurs ein besonderer wird: 24 Anmeldungen konnte der Wittener Triathlonverein entgegen nehmen - neuer Teilnehmerrekord.

In einem ersten Workshop drehte sich alles grundlegende Themen wie die Geschichte des Triathlons, Trainingssteuerung und Athletik. Eine 16-wöchige Praxisphase schloss sich an, in der gemeinsam geschwommen, geradelt und gelaufen wurde. Bis zu den Osterferien feilten die Teilnehmer in allen drei Disziplinen an ihrer Technik. Im zweiten Block stand die Ausdauer im Fokus. „Dieser

Zeitraum war besonders schwierig und schon etwas chaotisch“, resümierte Trainer Dustin Thra. Erschwerend kam hinzu, dass das Hallenbad Herbede im ganzen April wegen Reparaturarbeiten geschlossen war und auch die Ersatzschwimmzeiten im Hallenbad Annen nicht problemlos verliefen.

Wetterunabhängiges Training Dank Partner
Hahn-Trainingsystem, Partner des PV Triathlon, sprang ein und führte



eine Schwimmanalyse durch und das Fitnessstudio BeFit-Witten öffnete seinen Spinningraum, um in dieser wichtigen Anfangsphase ein wetterunabhängiges Training anzubieten. Im letzten Block rundete ein wettkampforientiertes Training einschließlich dem triathlonspezifischen Koppel- und Wechseltraining vom Radfahren zum Laufen die Vorbereitung ab. Zwischenzeitlich war auch das Freibad Annen offen, sodass sich die Neulinge auf das Schwimmen in einem 50m-Bekken einstellen konnten.

Und dann war er da, der große Tag. Zum Glück schickte Petrus doch nicht das vorhergesagte schlechte Wetter, sodass während des Wettkampfs gute Bedingungen herrschten. Krankheitsbedingt konnten zwar leider nur 17 wackere Einsteiger an den Start des diesjährigen Triathlon in Oelde gehen, aber alle schafften die 500 m Schwimmen, 20 km Radfahren und 5 km Laufen und überquerten überglücklich die Ziellinie. dx

Bewerbung bis 18. Aug. möglich

Sportvereinspreis

Beim Sportvereinspreis von Kreisverwaltung und Kreissportbund steht die Arbeit der Vereine im Mittelpunkt. Unter dem Motto **#ENGAGEMENTvereintEN** werden jährlich bis zu fünf Vereine mit Geld- und Sachpreisen sowie einem digitalen Preisträger-Logo gewürdigt. Ausgezeichnet werden können die Vereine grundsätzlich für alles, was sie besonders macht – vorgegebene Kategorien gibt es nicht. Das könnten beispielsweise Angebote für den gemeinsamen Sport von Menschen mit und ohne Behinderung, kreative Konzepte zur Gesundheitsförderung, steigende Mitgliedszahlen oder ein besonderes Engagement für den Ortsteil sein.

Aus allen Bewerbungen wählt eine Jury aus Politik, Verwaltung und Kreissportbund die Gewinner aus. Vorschläge können eingereicht werden, das entsprechende Formular steht unter www.enkreis.de zur Verfügung. Einfach in das Suchfeld direkt auf der Startseite „Sportvereinspreis“ eingeben oder den Menüpunkt „Kultur & Sport“ anklicken. Alternativ kann das Dokument auch telefonisch unter 02336/4448158 angefordert werden.

Im letzten Jahr gewannen u.a. die Turngemeinde Witten von 1848 sowie der TuS Witten-Stockum 1945. pen

seit 1913

Bestattungen Bohnet

Universitätsstraße 2 · 58455 Witten
Tel. 02302-57828 · Fax. 02302-57847

Erladigung aller Formalitäten • Überführung In- und Ausland
Tag und Nacht dienstbereit • Erd-, Feuer- und Seebestattungen

Team-Meisterschaften

Bei den Westfälischen Team-Meisterschaften in Kreuztal ging es für die W50-Mannschaft der Startgemeinschaft Witten-Annen/Bochum weniger um den Sieg als um die Qualifikation für den deutschen Endkampf im September in Lage. Denn mit den beiden Mannschaften aus Korbach und Paderborn, die im letzten Jahre die Plätze 1 und 2 im Endkampf belegt hatten, konnte die siebenköpfige Mannschaft aus Witten und Bochum sowieso nicht mithalten. Am Ende lag die Gesamtpunktzahl erwartungsgemäß unter der des Vorjahres, aber trotzdem werden sich die Athletinnen damit höchstwahrscheinlich für den deutschen Endkampf qualifiziert haben.



Foto von links: Tania Kranz, Frauke Viebahn, Angela Nordhausen, Dunja Rohleder, Christine Wenzel, Christiane Linden und Britta Ehrhardt.



Zur vierten Auflage des Mittsommernachtslauf starteten rund 35 Laufbegeisterte von FunVorRun Witten um 5:13 Uhr zu einer Seerunde in die aufgehende Sonne.

Mittsommernachtslauf mit Blumenkränzen

Stilecht mit selbst geflochtenen Kränzen beginnen die Läuferinnen und Läufer von FunVorRun Witten die Sommer-Sonnenwende. Selbstverständlich gehörte auch ein Lauf bei Sonnenaufgang dazu.

So kam es, dass sich in aller Herrgottsfrühe rund 35 Aktive auf dem Lohmann-Parkplatz an der Lakebrücke trafen und pünktlich zum angesagten Sonnenaufgang eine Laufrunde um den Kemnader Stausee starteten.

Viele Läuferinnen und einige Läufer folgten dabei wieder dem schwedischen Brauch und trugen einen selbst geflochtenen Blumenkranz auf dem Kopf. Die Kränze waren tags zuvor gemeinsam in einer großen fröhlichen Runde gebunden worden. Nach der 10 km langen Seerunde war die fröhliche Gruppe wieder am Ausgangspunkt. Damit war es Zeit zum ersten Frühstück: schnell

war ein langer Tisch aufgebaut, auf dem sich kurz darauf Kaffee, Brötchen und Aufschnitt und verschiedene Kuchen und andere Leckereien einfanden. So stand die Gruppe noch eine Zeitlang beisammen und ließ den morgendlichen Lauf gemeinsam ausklingen. Alle mal ein unwirkliches Gefühl, am frühen Sonntagmorgen nach einer 10km-Laufrunde um den Kemnader Stausee und einem geselligen Frühstück gegen Viertel vor Acht nach Hause zu fahren. FunVorRun eben.

Ein Marathon tags zuvor kein Problem

Da staunt der Laie... und der Fachmann wundert sich schon lange nicht mehr: während das frühe Aufstehen den meisten Mittsommernachts-Läufern schon nicht so leicht fiel, war die selbstgestellte Herausforderung für Andreas Giersberg und Petra



Ortwein noch sehr viel größer. Pünktlich am Start des frühen Laufes hatte der Ultraläufer aber bereits tags zuvor den Bayern-Marathon über 42,195 km absolviert, bei Petra Ortwein waren es 30 km. Lauf-verrückter geht's kaum. dx

Westfälische Seniorenmeisterschaften, Reken

Mit zwölf Athleten hatte die DJK BW Annen die größte Mannschaft bei den Seniorenmeisterschaften. In der W45 konnten Monika Gebhardt und Verena Lödding endlich einmal zeigen, was sie im Diskus draufhaben. Monika gewann mit 29,13 m vor Verena mit 28,40 m. Auch im Kugelstoßen zeigte Monika mit 9,14 m eine gute Weite und wurde Zweite. In der W50 sprang Christiane Linden mit guten 3,75 m auf Rang 3, gefolgt von Tania Kranz (3,60 m). Tania lief zudem die 100 m in 15,97 s (Rang 3). Christine Wenzel siegte mit – aufgrund ihrer Hüftproble-

me – guten 10,64 m im Kugelstoßen. Britta Ehrhardt hatte nur im Kugelstoßen Konkurrenz, zeigte aber durchweg gute Leistungen: Im Speerwerfen kam sie auf 24,26 m, im Kugelstoßen auf 8,38 m (Rang 2) und im Weitsprung auf 3,62 m. Frauke Viebahn (W65) lief über 100 m 15,05 s, im Hochsprung kam sie auf gute 1,40 m – jeweils ohne Konkurrenz. Anne Rodewig (W40) kam im Weitsprung mit 4,10 m auf den zweiten Platz, die 100 m lief sie gegen den Wind in 15,59 s. Vladyslav Temchenko (M35) musste gleich zweimal gegen den Wind laufen: Bei 100 m stoppte die Uhr

bei 13,97 s, bei 200 m bei 27,44 s. Murat Uzuncelebi (M40) lief die 100 m in 14,30 s und warf den Speer auf 27,64 m. Die 4x100 m Staffel der W50 mit Tania Kranz, Frauke Viebahn, Britta Ehrhardt und Christiane Linden kam in guten 61,02 s knapp hinter der Siegermannschaft aus Unna ins Ziel. Neben den DJK-Athleten war noch ein Wittener dabei: Manfred Guddeit von der SU Annen konnte sich in der M80 im Diskus (23,71 m) und im Speerwerfen (27,35 m) die Titel holen, im Kugelstoßen wurde er mit 9,48 m Vizemeister.

Impressum

Titelbild: Witten hilft Wittenern, Grafik heinz Gruss

Herausgeber: 02302/9838980

Monika Kathagen
Wasserbank 9, 58456 Witten

Verlag und Redaktion:
Kathagen-media press
E-Mail: info@image-witten.de
www.image-witten.de

Anzeigen und Redaktion:
Barbara Bohner-Danz, Matthias Dix, Monika Kathagen,
Jessica Niernerg, Dr. Anja Pielorz, Rainer Schletter,
(Es gilt die Verlagsanschrift)

Verteilung: DBW Werbeagentur GmbH, Bochum

Druck:
BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag

Erscheinungsweise:
Monatlich, kostenlos, Haushaltsverteilung in Witten u.a.
Herbede, Heven, Bommern und Umgebung

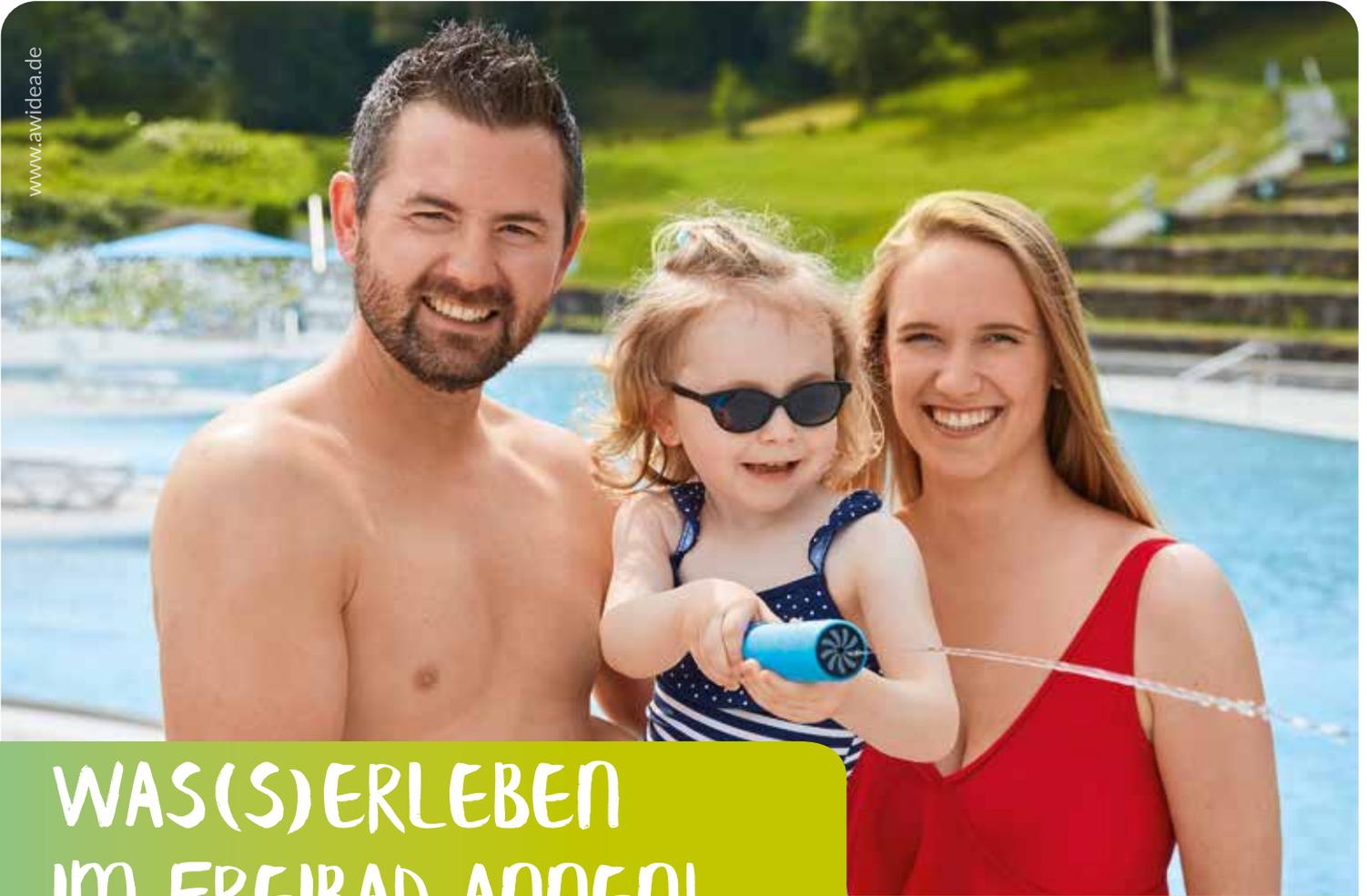
Auflage:
Insgesamt ca. 50.000 Exemplare - Regionalausgabe
Herbede, Heven, Bommern und Umgebung 20.000
Expmp.

Es gilt die Preisliste Nr. 8 ab Ausgabe 4/2024. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlags. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nächster Erscheinungstermin:

Donnerstag, 15. August 2024

Anzeigenschluss: Mittwoch, 31.7.2024



www.awidea.de

WAS(S)ERLEBEN IM FREIBAD ANNEN!

Wir sorgen für Erfrischung.

Ob Wasserspaß, Familienzeit oder Entspannen auf unserer Liegewiese:

Unser Freibad bietet mit seinen Spiel- und Grünflächen sowie den großzügigen Wasserbereichen einen tollen Ort für eine Auszeit vom Alltag für Jung und Alt. Wir freuen uns, Sie wieder zu begrüßen und wünschen Ihnen viel Spaß!

Übrigens: Unsere Bäder werden mit 100 % Ökostrom und Ökogas betrieben. **Natürlich.**